



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

哲學博士 學位 論文

빅토르 프랑클의 실존분석과 의미치료에  
대한 연구

Study on the Existential Analysis and Logotherapy  
of Viktor E. Frankl

蔚山大學校 大學院

哲學科

장 나 겸

빅토르 프랑클의 실존분석과 의미치료에  
대한 연구

指導教授 金 珍

이 論文을 哲學博士 學位 論文으로 提出함

2019년 8월

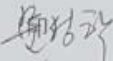
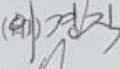

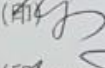
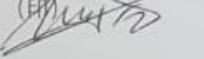
蔚 山 大 學 校 大 學 院

哲 學 科

장 나 검

장나겸의 哲學博士 學位論文을 認准함

審査委員長	문 성 학
審査委員	이 경 직
審査委員	김 덕 수
審査委員	손 영 식
審査委員	김 진

  
(인)   
(인)   
(인)   
(인) 

蔚山大學校 大學院  
哲學科

2019年 6月

## 목 차

### 빅토르 프랑클의 실존분석과 의미치료에 대한 연구

목차 .....	1
국문요약 .....	3
<b>I. 서론</b> .....	5
1. 연구의 목적 및 필요성 .....	5
2. 연구 방향 .....	8
3. 선행 연구 .....	10
<b>II. 프랑클의 실존분석: 프로이트와 아들러를 넘어서</b> .....	13
1. 정신분석과 개인심리학의 조우 .....	13
2. 프랑클의 실존분석 탄생 .....	16
<b>III. 『무의식의 신』에 나타난 프랑클의 실존분석</b> .....	19
1. 책임존재로서의 실존 .....	19
2. 영적 무의식 .....	22
3. 무의식적 양심 .....	26
4. 무의식적 종교심 .....	29
<b>IV. 의미치료의 기본 원리</b> .....	34
1. 의미에 대한 물음 .....	34
2. 의미치료의 원리 .....	37
2.1. 의미를 향한 의지 .....	37

2.2. 의지의 자유 .....	40
2.3. 삶의 의미 .....	43
3. 의미의 발견: 가치론적 삼분법 .....	45
3.1. 창조적 가치 .....	45
3.2. 경험적 가치 .....	48
3.3. 태도적 가치 .....	50
4. 비극 속에서의 의미 발견 .....	53
<b>V. 의미치료의 실천적 기법 .....</b>	<b>58</b>
1. 의미치료의 목적 .....	58
2. 정신병리의 시작 .....	60
3. 고통과 인내에 대한 숙고 .....	63
4. 발견: 삶 속에서 물음의 인식 .....	66
5. 비극 속에서의 낙관 .....	68
6. 그럼에도 불구하고 ‘긍정’ .....	73
6.1. 리프레이밍 기법 .....	73
6.2. 역설지향 .....	77
6.3. 반성제거 .....	81
<b>VI. 결론 .....</b>	<b>85</b>
<b>참고문헌 .....</b>	<b>87</b>
<b>영문요약 .....</b>	<b>92</b>

## 국문 요약

프랑클의 초기 저술은 실존분석과 의미치료를 관점에 따라 구분하여 사용하였다. 요컨대 프랑클의 초기 저술은 기초적이고 인간학적인 측면을 실존분석이라고 불렀으며 응용적이고 치료적인 측면을 의미치료라고 불렀다. 그러나 프랑클의 저작들이 미국에 진출하면서 용어 사용의 혼란을 겪게 된다. 프랑클의 실존분석(Existenzanalyse)과 빈스방거의 현존재분석(Daseinsanalyse)은 전혀 다른 개념임에도 불구하고 두 용어 모두 'existential analysis'라고 번역된 것이다. 이러한 양자의 혼란을 피하고자 프랑클은 이론적 측면과 치료적 측면의 구분 없이 의미치료로 부르기도 하였다. 그러나 프랑클은 용어의 통합으로 인한 부적절함, 즉 치료적인 측면이 아닌 영역에서도 부득하게도 의미치료를 사용하고 있다는 것을 인정하였다. 따라서 본 논문은 프랑클의 초기 저작 활동 시기로 돌아가 실존분석과 의미치료를 구분하여 연구한다는 것은 프랑클의 사상적 이해를 돕고 그의 사상을 더욱 체계화하는데 큰 의미가 있을 것이라 사료된다.

특히 본 논문은 프로이트의 무의식 개념을 확장하고 재개념화함으로써 인간 이해에 대한 새로운 패러다임을 가져왔음에도 불구하고 프랑클의 무의식 개념은 소수의 연구자에 의해 개괄적으로 이뤄지고 있다는 것에 주목하였다. 따라서 실존분석은 프랑클의 무의식, 즉 책임의식, 영적 무의식, 무의식적 양심, 무의식적 종교심을 중심으로 연구하였다. 또한, 의미치료라는 치료적 접근방식으로 인간의 실존적 공허와 고통과 고뇌, 비극을 다루었다. 이러한 시도는 삶에 관한 통찰과 통찰을 통한 자기 치유력을 증대시키고자 하는 근본 목적에서 출발한다. 프랑클이 언급한 바와 같이 이론이란 비전이며 세계관이다. 프랑클의 실존 분석적 인간에 관한 이해와 성찰의 과정은 실제적 치료의 적용 및 방법적 연구에 앞서 반드시 선행되어야 하는 순차적 과정이다. 따라서 프랑클의 실존분석과 의미치료의 구분을 통한 연구는 실천적 접근의 근본적인 토대를 제시해줄 것이다.

본 논문은 먼저, 프랑클의 유년 시절과 성장 과정, 특히 그에게 지대한 영향을 미쳤던 사상가 중에서 프로이트의 정신분석과 아들러의 개인심리학을 살펴

봄으로써 프랑클의 실존분석의 탄생을 연구하였다. 둘째, 프로이트의 무의식적 본능과 대별되는 영적 무의식을 언급한 프랑클의 유일한 저서인 『무의식의 신』을 중심으로 프랑클의 실존분석의 기초가 되는 영적 무의식 개념과 책임의식, 무의식적 양심, 무의식적 종교심에 대하여 체계적으로 정리하였다. 셋째, 셸러의 철학적 인간학을 바탕으로 형성된 프랑클의 의미에 대한 이해와 의미치료의 기본원리인 의미를 향한 의지, 의지의 자유, 삶의 의미를 살펴보았다. 또한 삶 속에서 발견할 수 있는 세 가지 가치, 즉 창조적 가치, 경험적 가치, 태도적 가치를 순차적으로 논의하였다. 마지막으로 프랑클의 실존분석을 기초하여 의미치료적 실천 과정을 연구하였다. 이러한 실천적 과정은 우리의 삶 속에서 느끼는 고통과 고뇌, 피할 수 없는 운명과도 같은 삶의 문제를 재조명함으로써 삶에 대한 이해와 세계관의 변화를 제공한다. 더불어 인간의 운명적 상황이 의미발견의 기회라는 의식의 긍정적 변화를 통해서 자기치유능력을 기를 수 있을 것이라 기대한다.



# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

근대 해부학의 아버지 베살리우스<sup>1)</sup> 이후, 인간의 생명 탐구의 일환으로 시작된 해부학의 발전은 고도화된 의학의 성장을 가져왔다. 또한 19세기말부터 시작된 정신의학의 발전은 확고한 과학적 기반을 확보할 뿐만 아니라 다양한 영역의 학문적 자극과 함께 시야를 넓혀가고 있다. 특히 병인(病因)의 원인을 심리적 작용에서 비롯된다고 보는 심인론(心因論), 즉 ‘심인성 질환(psychogene Krankheit)’의 분류와 진단, 치료에 있어서 발전을 거듭해왔다. 매년 세계보건기구(World Health Organization)는 ‘정신 건강 없이는 진정한 육체적 건강은 있을 수 없다.’는 슬로건을 내세우며 현대 사회에서의 정신건강의 중요성을 강조하고 있다. 그럼에도 불구하고 정신의학은 삶의 의미를 찾지 못한 채, 정신적 고통에 시달리고 있는 현대인들에게 명확한 해답을 제시하지 못하고 있다.

인간의 삶은 욕망과 좌절, 고통과 절망, 기쁨과 슬픔 등이 뒤섞여져 있다. 이러한 인간의 다양한 삶 속에서 의미의 끊임없는 발견을 추구한다. 자신의 탄생과 삶을 살아가야 하는 이유, 자신의 삶과 마주해야 하는 이유, 고통을 감내(堪耐)해야 하는 이유 등의 다가오는 다양한 내적 또는 외적 현상에 대해 끊임없이 질문하며 방황하기를 반복하는 삶을 살아낸다. 삶에 대한 무의미는 실존적 공허감과 정신적 고통을 초래한다. 무의미로 인한 실존적 공허감은 우울과 무기력, 불안, 분노, 강박적 행동, 욕망에 따른 강한 집착 등을 일으키면서 극도의 정신적 피로를 유발한다. 인간의 삶에 자연스럽게 스며들어 있는 심리적 문제들을 대중 속에서 일반화되어 그와 같은 심리적 반응이나 행동들을 ‘정상적인 현상’으로 받아들이기에 이르렀다. 누구나 느낄 수 있는 감정들이라 여기며 무심히 지나쳐왔다. 그러나 오히려 인간은 정신적 스트레스 상황에 더욱 더 함몰되어가고 있다. 더욱이 안타까운 것은 실존적 공허와 좌절로 인

1) 벨기에 출신의 해부학자 안드레아스 베살리우스(Andreas Vesalius, 1514~1564)는 『인체의 구조에 관하여』(De Humani Corporis Fabrica)를 1543년에 출판한다. 의학의 발전과 근대 해부학의 새로운 시대를 열었다고 평가받는 이 책은 놀라울 만큼 정교한 인체해부와 정확한 그림을 담고 있다. 박은진, 「베살리우스-해부학으로 새로운 시대를 열다」, 『지식과 지평』, 17, 2014, 197-208쪽.

한 정신적 스트레스에 대한 심각성조차 깨닫지 못하고 있다는 사실에 있다.

오늘날 우리는 정신적 스트레스로 인한 고통이 육체적인 질병으로 인한 고통을 넘어설 수 있다는 것을 잘 알고 있다. 최근 미국정신의학회(American psychiatric Association)에서 발간하는 『정신질환 진단 및 통계편람-V(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V, DSM-V)』에서는 삶의 의미에 대한 실존적 좌절로 인한 정신적 고통을 ‘정신인성 신경증(noögene neurose)<sup>2)</sup>이라는 하나의 정신질환으로 분류하고 있다. 이는 지금의 현대인들이 삶의 의미를 찾지 못한 채, 육체적 고통을 넘는 실존적 좌절이라는 정신적 고통에 시달리고 있다는 사실과 이러한 정신적 고통이 신경증이라는 정신질환으로 발전할 수 있다는 것을 증명한다. 오늘을 살아가는 현대인들에게 의미의 중요성과 그로 인한 의미 상실은 그들의 삶의 목적과 방향을 제시할 뿐만 아니라, 삶을 역동적으로 움직일 수 있도록 만드는 중요한 동력(動力)의 자리에 위치하고 있다. 그야말로 우리는 ‘의미 상실의 시대<sup>3)</sup>를 살아가고 있는 것이다.

2018년 통계청 자료에 따르면, 2016년 평소 일상생활 중에 스트레스를 느끼는 여성은 28.8%로 남성은 27.0%로 나타나고 있으며 최근 3년간 스트레스를 느끼는 비율이 더욱 증가세를 보이고 있다. 또한 “사회조사(가족·사회·교육·보건·안전·환경) 결과” 보고에 따르면, 지난 한 해 동안 한 번이라도 자살을 생각해본 사람이 5.1%에 이른다. 자살 충동의 경우 남자는 4.5%, 여자는 5.7%로 나타났으며, 연령 별도로 20대가 5.7%로 가장 높게 나타났다. 자살을 하고 싶었던 이유로는, 경제적 어려움(37.3%), 질환·장애(15.2%), 가정불화(14.1%), 외로움, 고독(12.3%) 순으로 나타났다. 이뿐만 아니라 범죄, 교통사고, 질병 등에 따른 사회 안전에 대한 높은 불안감 또한 자살의 원인으로 나타나고 있다.<sup>4)</sup> 이러한 결과는 남녀노소를 불문할 뿐만 아니라 연령대를 넘나들며 깊은 인간은 정신적 고통에 시달리고 있으며 삶과 죽음의 날선 경계에서 삶을 살아내고 있다는 사실을 말해준다. 또한 임상에서는 신경성 질환을 앓고 있는 환자보다 삶에 대한 고민과 어려움에 대한 극심한 고통을 호소하는 환자들이 늘어가고 있다.<sup>5)</sup>

2) 주혜연, 「칼 야스퍼스의 실존적 정리병리학과 철학 상담」, 경북대학교 박사학위 논문, 2018, 1쪽.

3) Victor. E. Frankl, *The unconscious God*, washington square press, 1948, p. 109; 프랑클, 『무의식의 신』, 한림대학교출판부, 정태현 역, 2013, 125쪽.

4) 통계청, 「2018 사회조사 결과(가족·사회·교육·보건·안전·환경)」을 참고하라.

5) 프랑클, 『인간이란 무엇인가』, 김재현 역, 서문당, 1998, 188쪽.

삶이 고통의 연속이라면 그저 숙명(宿命)으로 받아들여야 하는가. 무수한 고뇌와 고통으로 점철한 된 삶을 살아내고 있는 현대인들에게 의도치 않은 운명적 삶을 목도하는 것은 우리를 더욱 무의미한 삶이라는 곤궁함으로 내모는 것은 아닌가. 만연해 있는 여러 형태의 고통과 좌절, 숙명으로 밖에는 받아들여지지 않는 삶 앞에서 고통과 좌절, 숙명의 의미 물음이 그저 불필요한 것으로 터부시해야 할지를 진정성을 담아 자문해보아야 할 시점에 이르렀는지도 모른다. 고통으로 점철된 우리의 삶 앞에서 그럼에도 불구하고 삶의 의미를 찾고 삶을 진정으로 긍정할 수 있다면 우리는 좀 더 의연하게 자신의 삶과 마주하려는 용기를 그제야 낼 수 있을 것이다.

우리는 그 어느 때보다 삶에 대한 철학적인 문제에 직면해 있다. 그러므로 여러 형태의 극심한 고통과 좌절, 숙명 앞에서 그 속에 품고 있는 씨앗, 즉 삶의 전경으로 드러나 있는 전경(figure)인 고통과 좌절, 피할 수 없는 숙명과도 같은 운명의 이면인 배경(ground)이라 할 수 있는 고통의 의미, 좌절의 의미, 운명의 진정한 의미에 주목하며 의미의 발견을 통한 심리적 문제를 극복할 수 있도록 돕는 심리치료법의 개발이 그 어느 때보다 절실하게 요구된다. 우리에게 주어지는 고통스러운 삶의 이유, 그 의미를 발견할 수만 있다면 사회적 문제, 가정불화, 경제적 어려움, 심리적 결핍, 등의 고통을 동반한 환경 속에서도 우리는 살아낼 수 있는, 쓰러져가는 자신을 일으켜 세워 나아갈 수 있는 엄청난 용기를 그제야 불러일으킬 수 있을 것이다. 이러한 근거에서 평생 동안 인간의 삶의 의미 연구에 몰두해 온 프랑클의 실존분석 또는 의미요법은 지금의 현대 사회에 반드시 필요한 치료법이라 할 것이다. 특히 의미에 대한 열망이 높아져만 가는 가운데 프로이트와 아들러, 융, 쉐러와 야스퍼스의 영향 아래에 있었던 프랑클의 초기 저술 연구, 특히 실존분석과 의미치료를 구분하여 연구한다는 것은 프랑클의 사상적 이해를 높이고 그의 사상을 더욱 체계화하는데 큰 의미가 있을 것이라 사료된다. 또한 프랑클은 프로이트의 무의식 개념을 확장하고 재개념화 함으로써 인간 이해에 대한 새로운 패러다임을 불러일으켰음에도 불구하고 프랑클의 무의식 개념은 소수의 연구자에 의해 개괄적으로 이뤄지고 있는 프랑클의 무의식, 즉 책임의식, 영적 무의식, 무의식적 양심, 무의식적 종교심에 대한 연구는 인간의 실존적 이해를 높이는데 큰 역할을 도모할 것이라 여긴다. 이를 바탕으로 의미치료적 접근방식으로 인간의 실존적 공허와 고통과 고뇌, 비극을 살펴보는 것은 삶에 관한 통찰과 통찰을 통한 자기

치유력을 증대시킨다. 프랑클이 언급한 바와 같이 이론이란 비전이며 세계관이다. 프랑클의 실존 분석적 인간에 관한 이해와 성찰의 과정은 실제적 치료의 적용 및 방법적 연구에 앞서 반드시 선행되어야 하는 순차적 과정이다. 따라서 프랑클의 실존분석과 의미치료의 구분을 통한 연구는 실천적 접근의 근본적인 토대를 제시해줄 것이다.

실존적 정신의학의 넓은 분야에서 심리요법의 기법으로써 완성을 거둔 유일한 실제적인 학과<sup>6)</sup>인 프랑클의 실존분석과 의미치료 연구는 현대를 살아가는 우리에게, 무엇보다 삶의 끝자락에서 꺼져가는 미약한 불씨와도 같은 희망으로써 한줄기 빛과 같은 의미를 선물해줄 것이라 기대해본다. “바다가 얼마나 아름다운지를 떠올리다 보면 스스로 배를 만들게 되는 것”<sup>7)</sup>처럼 프랑클의 실존분석과 의미치료를 살펴보는 길은 자신의 삶을 자연스럽게 돌아보고 의미를 발견하는 실존적 지혜를 만들어갈 수 있도록 이끌어 줄 것이다.

## 2. 연구 방향

본 논문은 프랑클의 실존분석(Existenzanalyse)과 혼용하여 사용하고 있는 의미치료(Logotherapy)를 분류하여 연구하고자 한다. 실존분석과 의미치료는 동의어로 사용되고 있으나 실존분석은 프랑클의 인간학적 측면에서의 이론적인 부분을, 의미치료는 치료적 측면<sup>8)</sup>에 비중을 둬으로써 구별된다.

국내 연구의 대부분이 의미치료라는 치료적 접근에 치우쳐 있다. 이는 현대인의 의미에 대한 갈등과 그로 인한 심리적 문제들의 급증과 더불어 빠른 치료와 회복의 필요성을 반영한다. 그러나 프랑클의 실존분석적 인간에 대한 깊은 이해와 성찰의 과정은 실제적 치료의 적용 및 방법적 연구에 앞서 반드시 선행되어야 하는 순차적 과정이다. 따라서 프랑클의 실존분석을 분류하여 연구하는 과정은 의미치료라는 실제적 접근에 있어서 증대한 토대라는 입장에서 출발해야 할 것이다. 이론(理論)이란 비전(vision)이며 세계관(世界觀)이다. 특히나 프랑클의 실존분석은 존재뿐만 아니라 의미(logos)에 관여하고 있으며 실존

6) 빅터 프랑클, 『심리치료와 현대인』, 이봉우 역, 분도출판사, 2000, 11쪽.

7) 빅터 프랑클, 『심리의 발견』, 강윤주 역, 청아출판사, 2008, 7쪽.

8) 이기춘, 「프랑클의 의미요법과 목회상담」, 『신학과 세계』, 5, 1979, 202쪽.

을 초월하며 그 주체의 단순한 분석 이상을 포함하는 뚜렷한 생의 철학에 근거하고 있다.<sup>9)</sup> 프랑클의 실존분석의 체계화된 이론적 연구는 의미치료의 실천적이고 치료적인 기법의 가치를 더욱 이해하고 극대화하는데 의미 있는 작업이 될 것이다. 따라서 본 논문에서 프랑클의 이론(실존분석)과 실천(의미치료)이라는 측면에서 분류하여 심도 있게 논의하고자 한다.

먼저 “Ⅱ. 프랑클의 실존분석: 프로이트와 아들러를 넘어서”에서는 프랑클의 실존분석이 체계화하는데 영향을 주었던 대표적인 사상가들 중에서 프로이트와 아들러에 이론들 살펴볼 것이다. 프랑클의 삶은 온전히 인간의 삶에 대한 애정 어린 관심을 넘어 의사로서 대중을 위한 심리치료에 몰두하였다. 어린 시절부터 시작된 인간 삶에 관한 관심이 깊었던 프랑클에게 프로이트와 인연은 매우 자연스러운 사건이라 할 수 있을 것이다. 정신의학의 양대 산맥이라는 불릴 만큼 인간의 정신세계를 이론적으로 체계화한 두 사람의 조우는 프랑클의 실존분석에 대한 확신을 가져올 수 있도록 이끈다. 프랑클의 프로이트의 정신분석과 아들러의 개인심리학에 대한 관심과 이해, 비판점을 다룬다.

“Ⅲ. 『무의식의 신』에 나타난 프랑클의 실존분석”에서는 본격적으로 프랑클의 사상의 가장 기초라고 할 수 있는 실존의 구성 요소들을 다룰 것이다. 즉 프랑클의 무의식 개념을 체계적으로 살펴보기로 한다. 인간의 무의식을 본능적이고 충동적으로만 보았던 프로이트와는 달리, 무의식적 본능 뿐만 아니라 무의식 속에게 영적무의식과 책임, 양심, 종교심이 있다는 것을 제시한다. 따라서 프랑클의 무의식 개념들을 체계적으로 살펴보고자 한다.

“Ⅳ. 의미치료의 기본 원리”에서는 프랑클의 바라보는 의미에 대한 개념적 이해를 돕고 철학적 인간으로서의 의미치료의 기본 원리 세 가지 기본 가정, 즉 의미를 향한 의지, 의지의 자유, 삶의 의미를 살펴볼 것이다. 또한 인간이 삶 속에서 발견 할 수 있는 세 가지 가치, 즉 창조적 가치, 경험적 가치, 태도적 가치를 살펴보기로 한다.

마지막으로 “Ⅴ. 의미치료의 실천적 기법”에서는 인간의 정신 병리의 시작과 고통과 고뇌를 다루며 삶이 던지는 물음을 발견하는 태도와 의미치료가 주는 의미를 탐구해볼 것이다. 이를 통하여 삶이 주는 고통과 고뇌, 그럼에도 불구하고 ‘긍정’으로써 실존적 공허와 좌절에서 벗어나, 인간을 의미를 찾아가는

---

9) 빅터 프랑클, 『심리치료와 현대인』, 11쪽.

자생적 치료 과정의 형식을 바탕으로 의미 치료적 접근으로 논의해볼 것이다.

### 3. 선행 연구

국내에서의 프랑클의 저서들이 번역되어 출판된 것은 1970년대로 추정된다. 김재현에 의해 번역된 『인간이란 무엇인가(*Man's Search for Meaning*)』를 시작으로, 1990년대 이후 심일섭에 의하여 『프랭클 실존분석과 로고테라피』<sup>10)</sup>와 『극한 상황속의 인간심리분석(*From Death-Camp to Existentialism, A Psychiatrist's Path to New Therapy*)』<sup>11)</sup>이 번역되었다. 이후 『심리요법과 현대인(*Psychotherapy and Existentialism*)』, 『무의식의 신(*Man's search for ultimate meaning*)』<sup>12)</sup>, 『심리의 발견(*Psychotherapie für den Alltag: Rundfunkvorträge über Seelenheilkunde*)』, 『밤과 안개(*Ein Psychologe erlebt das K.Z.*)』<sup>13)</sup>, 『프랭클의 영혼을 치유하는 의사(*Ärztliche Seelsorge: Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*)』<sup>14)</sup>, 『책에 쓰지 않은 이야기(*Was nicht in meinen Büchern steht*)』<sup>15)</sup>, 『태초에 의미가 있었다(*Im Anfang war der Sinn*)』<sup>16)</sup>, 『삶의 물음에 ‘예’라고 대답하라(...*trotzdem Ja zum Leben sagen*)』<sup>17)</sup>, 『의미를 향한 소리 없는 절규(*The Unheard Cry for Meaning*)』<sup>18)</sup>, 『삶의 의미를 찾아서(*The Will to Meaning*)』, 『죽음의 수용소에서(*Man's Search for Meaning*)』<sup>19)</sup> 등이 연이어 출판되고 있다. 이러한 현상은 의미를 찾고자하는 대중들의 높은 욕구를 잘 반영한 것이라고 본다.

세 가지 주제어, 즉 실존분석, 로고테라피, 의미치료 또는 의미요법으로 프랑클의 국내 학술 연구 및 학위 논문들을 살펴보았다. 먼저 실존분석으로 연구된 학위논문은 연구되지 않고 있으며 학술 연구(김정현 2009, 홍경자 2009,

10) 빅터 프랑클, 『프랭클 실존분석과 로고테라피』, 심일섭 역, 한글, 2016.

11) 빅터 프랑클, 『극한상황 속의 인간심리분석』, 심일섭 역, 한글, 2004.

12) 빅터 프랑클, 『무의식의 신』, 정태현 역, 한남성서연구소, 2013.

13) 빅터 프랑클, 『밤과 안개』, 서석연 역, 범우, 2004.

14) 빅터 프랑클, 『영혼을 치유하는 의사』, 이시형 역, 청아, 2017.

15) 빅터 프랑클, 『책에 쓰지 않은 이야기』, 박현용 역, 책세상, 2013.

16) 빅터 프랑클, 『태초에 의미가 있었다』, 김영철 역, 분도출판사, 2014.

17) 빅터 프랑클, 『삶의 물음에 ‘예’라고 대답하라』, 남기호 역, 산해, 2009.

18) 빅터 프랑클, 『의미를 향한 소리 없는 절규』, 오승훈 역, 청아, 2005.

19) 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소』, 이시형 역, 청아, 2012.

김정현 2011, 박정희 2011, 김인석 2016)들이 조금씩 이루어지고 있었다. 다음 주제어로 로고테라피와 관련된 연구 논문들을 살펴보았다. 그 결과, 간호학 분야에서 한 편의 박사논문(한슬기 2019)이 연구되었으며, 여러 편의 석사논문(김미희 2013, 김란희 2014, 권경희 2015, 이종호 2015, 이승연 2018, 전명근 2019)들과 학술 연구(한지윤 강선보 2015, 이정렬 2015, 최경화 2016, 신문계 2018, 이정은 2018)들이 이루어지고 있었다. 마지막으로 의미치료 또는 의미요법으로 연구된 학술논문을 찾아볼 수 없으나, 박사 학위논문(이강호 2003, 최명심 2009, 심정자 2015, 김윤희 2016, 도지화 2019)과 석사 논문(한영순 2001, 고광일 2003, 김태호 2004, 이재영 2014, 정향숙 2017, 박지선 2017, 최상아 2018)들을 중심으로 활발하게 연구가 이루어지고 있으며, 주로 상담분야에서 의미치료의 적용 및 치료 효과, 프로그램 개발 등의 목적으로 진행되고 있었다. 이러한 여러 편의 논문들은 주로 신학, 상담, 교육, 보건 계열에서 주로 연구된 논문들이다.

철학분야에서는 안정수(1980)에 의하여 실존분석에 대한 연구가 시작되었다. 이후 더 이상의 연구 이루어지지 않다가 2000년대에 진입하면서 홍경자(2009), 김정현(2009, 2011), 김인석(2016)을 중심으로 프랑클의 연구가 진행되고 있다. 그러나 프랑클의 사상을 개괄적이고 포괄적으로 다루고 있을 뿐 프랑클의 사상에 대한 심도 있는 연구들을 찾아보기 어렵다. 특히 프랑클의 실존에 대한 이해, 즉 프로이트의 인간의 무의식의 발견을 넘어 무의식의 확장을 가져왔던 그의 인간 이해에 대한 연구는 기대할 수조차 없는 실정에 있다.

지금껏 국내 연구 동향들을 살펴본 결과, 실존분석보다는 로고테라피를 주제로 다소 이론적이고 프랑클의 사상적인 연구를 중심으로 다루고 있으며, 의미치료나 의미요법은 직접적인 치료 적용, 프로그램 개발과 치료 효과라는 실천적이고 실제적인 분야에서 연구되고 있다는 것을 알 수 있다. 따라서 실존분석 또는 로고테라피는 이론적이며 의미치료는 실천적인 분야로 이해되고 있다는 것을 알 수 있다.

2000년대에 접어들면서 삶의 의미와 실존적 물음에 대한 높은 관심과 시대적 요구에 따라 삶의 의미와 관련된 연구들이 증가하고 있다. 이러한 시기에 프랑클의 실존에 대한 올바른 이해와 심도 있는 연구는 반드시 선행되어야 할 것이다. 올바른 이해가 선행되지 않은 채, 실용적인 연구와 실제적인 치료에만 치중하게 된다면 자칫 잘못된 이해로 인하여 방향을 잃고 프랑클의 의도와는

다른 방향으로 흘러가 마침내 표류하는 지점에 이르게 될지도 모른다. 그러므로 지금의 현시점에서 프랑클의 실존에 대한 체계적이고 심도 있는 연구와 논의는 그 어느 때보다 시의적절(時宜適切)하다.



## II. 프랑클의 실존분석: 프로이트와 아들러를 넘어서

### 1. 정신분석과 개인심리학의 조우(遭遇)

1905년 비엔나에서 태어난 프랑클은 어린 시절부터 물질의 풍요를 넘어서 인간의 죽음에 대해 몰두하였다. 프랑클이 14살이 되는 해에 “생명이란 단지 연소의 과정에 지나지 않는다.”는 과학 선생님의 설명을 들으며 인간의 삶이 그저 연소의 과정일 뿐이라는 환원주의적 입장을 거부하며 인간 삶의 진정한 의미에 대해 깊이 고뇌하게 된다. 고등학교 시절, 허무적인 내용의 책을 손에 쥔 채, 자살을 선택한 어느 학생의 죽음을 목격한다. 이 사건을 통해 인간의 실제 상황과 철학적 개념들의 연관성을 깨닫게 된다.

프랑클은 인간의 절망과 잔인성의 근원을 ‘무의미’에 찾았다. 무의미에 사로잡힌 인간에게 허무주의(Nihilism) 철학자들의 저작(著作)들부터 무의미에 대한 믿음과 확신을 얻었을 것이라 여겼다. 이러한 통찰은 그를 니힐리즘의 저항적 입장을 취하도록 만들었다. 두 차례의 세계 대전을 거쳐 온 프랑클로서는 삶의 무의미와 생명의 유한성, 절망감과 인간의 잔악성, 사회 현상과 허무주의에 관한 관심은 당연할지도 모른다.<sup>20)</sup>

1921년 “삶의 의미에 관하여(on the Meaning of Life)”라는 주제로 첫 공개 강연을 시작하면서 자연 철학자들의 작품에 심취하게 된다. 고등학교 시절 프랑클은 프로이트(Freud)의 ‘쾌락 원리의 저편(Fenseits des Lustprinzips)’ 속에 무의식과 관련된 개념들에 매력을 느끼게 됨으로써, 프랑클은 프로이트와 서신을 교환하기에 이른다. 1924년 프로이트의 의해 프랑클의 저작 「긍정과 부정에 대한 연구(Zur Entstehung der mimischen Bejahung und Verneinung)」가 국제

20) 2차 세계 대전 직후 유럽에서 가장 유행했었던 철학은 실존주의다. 실존주의 철학은 키에르케고르(Kierkegaard)에 의해 시작되었으며 그의 철학 사상은 이후 실존주의 철학자들에게 영향을 주었다. 그는 “어떠한 사상 체계도 개인의 고유한 경험을 설명할 수 없다”고 믿었다. 그러므로 최고의 도덕적 실재는 개인이며 인간 삶의 가장 중요한 것은 개인적이고 주관적인 면이라고 보았다. 우리 자신을 결정하고 우리의 삶을 창조하는 것은 우리의 선택인 것이다. 그는 말한다. “삶은 나중에 이해될 뿐인데, 우리는 그보다 먼저 살아야만 한다.” 브라이언 매기, 『사건과 그림으로 보는 철학의 역사』, 박은미 역, 시공사, 2011, 208-209쪽.

정신분석학회지(*International Journal of Psychoanalysis*)에 등재된다. 또한 프랑클은 고등학교 졸업 에세이로 제출한 “철학적 사고의 심리학에 대해서: 쇼펜하우어에 관한 정신분석적 연구(on the psychology of philosophical thought: a psychoanalytically oriented study on Arthur Schopenhauer)”을 통하여 인간의 어떤 아픈 증세가 선형적인 잘못에서 비롯된 것이 아니라는 것을 이해하게 된다.<sup>21)</sup>

서술한 바와 같이 프랑클의 실존분석은 실존에 관한 관심은 인간의 실제적 삶과 심리, 철학의 연관성에 대한 깊은 관심에서 출발한다. 프로이트와의 일련의 서신 왕래를 끝으로 프랑클의 관심은 아들러에 개인심리학으로 옮겨간다. 그러나 이 또한 오래 가지 못한 채, 아들러와도 결별하게 된다.

프로이트의 정신분석은 객관성(objectivity) 개념을 도입하는데, 이 객관성은 사물화(reification) 개념으로 이어진다. 이로써 프로이트는 인간을 하나의 대상으로 취급해버리는 오류에 빠진다. 정신분석적 입장에서 신경증 환자들을 이러한 메커니즘(mechanisms) 속에서 조정 당하는 존재일 뿐이다. 따라서 치료자는 환자의 메커니즘을 다룰 줄 아는 사람이어야 하며 잘못된 메커니즘을 바로 잡을 수 있는 기술(technique)을 습득한 자(者)여야함을 강조 한다. 정신분석의 심리요법 견해 이면에는 환자를 단순한 기계로, 치료자는 단순한 기술자로 평가하는 냉소주의(cynicism)적 입장이 고스란히 담겨 있다고 볼 수 있다. 프랑클은 의료기술자는 오직 인간을 기계적 관점에서 바라볼 때 가능할 뿐이라는 비판적 입장을 취한다. 프로이트의 기계론적 입장은 인간의 비인격화와 인간 인격의 전체성 파괴를 가져올 것이라고 예견하기도 하였다.

프로이트는 인간의 정신은 여러 가지 충동들(drives)로 세분화되어 구성되어 있다고 보았다. 이러한 해석은 인격의 전체성 파괴, 비인격화를 가져온다. 즉 원초아(id)와 초자아(superego)가 마치 독립된 인격적 능력으로 취급할 때 인격의 전체성이 파괴될 수 있다. 프로이트의 인간 본성의 모델, 그 특징은 자아와 이드의 갈등에 있다. 그의 후기 이론에서는 삶의 충동과 죽음의 충동 사이에 벌어지는 갈등으로 보고 있다.<sup>22)</sup> 인간의 심리학적 현상들은 본능과 충동으로 귀환하는 환원주의적 입장에서 인간은 그저 충동적 존재일 뿐이다. 결국 프로이트의 정신분석은 인간을 심리기관의 자동장치(the automaton of psychic apparatus)<sup>23)</sup> 정도의 냉

21) 빅터 프랑클, 『책에 쓰지 않은 이야기』, 82쪽.

22) 에리히 프롬, 『나는 왜 무기력을 되풀이하는가』, 장혜경 역, 나무생각, 2018, 46쪽.

23) Victor, E. Frankl, *The unconscious god*, New York: Simon & Schuster, p. 22.

소적 견해를 고집한다. 프랑클은 이러한 정신분석의 독단적인 면(dogmatic)과 환원주의적 관점(reductionistic)에 회의적이었으며 더욱이 인간의 모든 행동을 성충동(sexual impulse)의 발현으로 해석하는 지점에서는 그와 다른 길을 걷기에 이른다. 결론적으로 프랑클은 프로이트의 무의식적 본능은 받아들이면서도 이러한 인간의 무의식을 단지 원초아(id)와 자아(ego), 초자아(super ego)의 요구들이 충돌하는 전쟁터일 뿐이라는 주장에는 반대한다. 프랑클이 바라 본 인간은 오히려 삶의 의미를 찾기 위한 투쟁과 삶의 의미 탐구의 과정 지향하는 존재이며 의미추구의 좌절로 인한 실존적 공허 그 자체를 병리적 현상으로 해석하지 않으며 실존적 공허 속에 살아하는 인간의 상태는 지적인 진지함과 정직함의 표현이라고 본다.<sup>24)</sup> 아들러의 개인심리학 역시 다르지 않다. 개인심리학은 정신분석의 억압의 개념과 비슷하게 타협(arrangement)의 개념을 사용하고 있다. 타협 기제를 사용하는 신경증 환자는 스스로를 현실로부터 도피시킨다. 타협을 통해서 스스로 현실로부터 도피시킴으로써 책임 존재임을 망각하게 된다. 신경증 환자를 대할 때, 프로이트는 쾌락의 원리에, 아들러는 명예욕에 지배되는 존재로 생각하였다. 프랑클은 프로이트의 ‘쾌락을 향한 의지’와 아들러의 ‘권력을 향한 의지’는 의미를 향한 의지의 좌절로 인한 대응품에 불과한 것으로 보았다. 프랑클에서 인간은 기본적으로 의미를 향한 의지의 동기가 추동하도록 만든다고 보았다. 그러나 프랑클은 아들러를 통하여 인간에게는 선택할 자유가 있고 자신의 행동에 대한 전적인 책임을 갖는다는 입장의 동의하며 자신의 사상적 체계화를 이루는데 중요한 영향을 주었다. 프랑클은 아들러를 실존 운동의 창시자로 보았으며 인간의 가치와 신념, 태도, 목표, 삶의 의미, 자신의 운명을 개척하고 창조하는 자유 의지를 가진 인간 이해를 적극적으로 받아들인다.<sup>25)</sup>

프랑클은 자연주의 또는 환원주의적 세계관에 회의를 느끼기 시작한다. 인간이란 생물학적으로나 심리학적 또는 사회학적으로 규정하고 그러한 조건의 산물에 지나지 않는 존재일 수 없으며 그 속에서도 자유로운 존재라는 입장을 취한다. 드디어 당대의 정신분석의 제1학파, 제2학파로 불리던 프로이트와 아들러에게서 벗어나 프랑클의 독창적 이론을 체계화하면서 프로이트와 아들러를 이은 제3학파로 자리 잡는다. 프랑클의 일관된 관심의 주제는 심리치료와

24) 피터 B. 라베, 『철학상담의 이론과 실제』, 시그마프레스, 2010, 178쪽.

25) 조현춘, 조현재, 『심리상담과 치료의 이론과 실제』, 시그마프레스, 1996, 225쪽.

철학의 경계에 대한 해명, 심리치료의 의미 및 가치문제에 대한 특별한 고찰<sup>26)</sup>이었다는 것을 밝힌다.

## 2. 프랑클의 실존분석 탄생

프랑클의 실존분석의 탄생은 그의 나이 네 살밖에 안 되는 어린 나이에 찾아왔다. 인간은 모두 죽고 자신 역시 죽음을 막을 수 없다는 사실 앞에서 그렇다면 도대체 인간이 살아야 할 이유는 무엇인지에 대한 의문과 함께 이 물음에 대하여 만족할 만한 답을 찾아야 할 의무가 있는 것처럼 느껴졌다고 그는 회고한다. 프랑클 자신이 해야 할 일은 죽음을 두려워하는 일이 아니라 과연 죽음이 인생을 무의미하게 하는가에 대한 문제를 제기에 하는데 있다고 보았으며 그에 대한 답을 찾기 위해 스스로 사색과 고뇌의 과정을 걷는다. 인간의 유한성이 삶을 무의미하게 만들지는 않는가에 대한 묻는 데 있다고 보았다. 이 물음은 결국 프랑클의 학문과 인생의 방향을 결정적 역할을 하게 된다.

열 네 살 이전부터 자연철학에 심취하였던 프랑클은 인간 속에 우주의 본성이나 능력이 내재되어 있고, 우주 자체가 하나의 인간과 같은 것임을 깨닫게 된다. 고등학교 시절에는 이미 인생의 의미에 대한 강의를 시작할 정도로 인생의 의미에 대한 독자적인 사상의 싹을 키우고 있었다. 이후 의과대학에서 정신과를 전공하면서 응용심리학과 실험심리학을 넘어 정신의학에 관심을 쏟는다. 프로이트와 아들러의 환원주의적이고 기계주의적 인간관과 대립하며 프랑클의 의미 철학은 더욱 견고해져 간다. <sup>27)</sup>

프랑클은 아들러와 결별한 후 1929년 의대생의 신분으로 ‘청소년상담소’를 개설하면서 학생과 실업자 상담 활동에 힘쓴다. 이 시기에 프랑클은 환자와의 일상적인 접촉을 통해서 ‘실존적 공허’<sup>28)</sup>라고 하는 현대인에게서 볼 수 있는

26) 프랑클, 『책에 쓰지 않은 이야기』, 84쪽.

27) 심리주의의 대표주자인 정신분석과 개인심리학은 신경증의 모든 증상들을 잘못된 것으로 간주한다. 그러나 프랑클은 인간의 상실감이나 권태, 절망감 그 자체를 병적인 것으로 보지 않는다. 오히려 그것은 의미 상실로 인한 정신적 곤경에 빠져있는 이들의 절박함이 묻어나는 솔직한 외침으로 본다. 프랑클, 『태초의 의미가 있었다』, 14-15쪽.

28) 실존적 공허는 의미상실에 지배당할 때 나타나는 심리적 현상으로, 1946년 그의 데뷔작인 『영혼을 치유하는 의사(Arztliche Seelsorge)』를 통하여 처음으로 기술되었다. 그러나 용어의 공식적 사용 시기는 1955년부터이다. 정인석, 『의미 없는 인생은 없다』, 55쪽; 빅터 프랑클, 『영혼을 치유하는 의사』를 참조

마음의 문제, 즉 삶의 의미와 목적을 상실한 공허감의 문제에 대해서 깊은 인식을 하게 된다. 인간의 마음의 문제가 리비도의 억압이 아닌 의미의 억압이라는 것을 실감하게 된다.

1926년 의학심리학학술연구회 학술 강연에서 ‘의미치료(Logotherapy)’<sup>29)</sup>라는 용어를 처음 사용하였으며, ‘실존분석(Existential Analysis)’<sup>30)</sup>의 사용 시작은 프랑클이 가장 열정적인 임상 활동 시기인 1933년대이다. 1938년 의미치료와 실존분석은 그의 논문, “심리치료의 정신적 문제성에 대하여”를 통하여 처음으로 활자화되었다.

프랑클의 사상적 골격을 이룬 시기에, 약 3년간의 수용소 생활은 일반적 삶속에서의 의미발견뿐만 아니라 수용소라는 구체적인 한계 상황인 ‘극한 상황’에서 특히 그 의미가 드러난다는 것을 체험하게 된다. 의미치료는 인간이 상상할 수 없는 절망적인 상황에서 꽃을 피울 수 있다는 사실을 깨닫게 된다.

---

하라.

29) 의미치료는 실존주의 정신의학의 범주에 들어간다. 프랑클은 의미치료라는 용어의 대안으로 ‘Existenzalyse’라는 말을 만들어내기도 했었다. 그 후 미국의 학자들이 의미치료에 대한 책을 출판했을 때, ‘Existenzalyse’라는 말을 영어로 실존 분석(Existential analysis)이라고 번역해서 소개했다. 하지만 불행히도 ‘Daseinsanalyse’라는 용어를 번역해 소개한 학자는 없었다. 이 말은 1940년대에 스위스의 위대한 정신의학자 고(故) 루트비히 빈스방거가 자기 이론을 나타내기 위해 사용한 용어였다. 그때부터 실존적 분석이라는 말은 아주 애매모호한 용어가 되어 버렸다. 실존분석과 현존재분석(Daseinsanalyse)의 혼동을 막기 위해 프랑클 책의 영문 번역판에서는 실존적 분석이라는 용어를 사용하는 것을 될 수 있는 대로 피하게 되었다. 프랑클은 치료라고 부를 수 없는 상황에 대해서도 의미치료라는 용어를 사용했다. 빅터 프랑클, 『삶의 의미를 찾아서』, 18-19쪽.

30) 실존분석과 현존재분석(Daseinsanalyse)은 모두 ‘existential analysis’로 동일하게 번역되었다. 실존분석과 현존재분석은 모두 실존해명(Existenzerhellung)과 같은 어떤 것을 얻기 위해 노력한다. 그러나 현존재분석에서는 존재의 뜻으로 해석된 실존해명에 강점을 두었다. 반면에 실존분석은 존재 해명 외에, 의미해명에까지 나가려는 데 있다. [……] 현존재분석은 정신병을 이해하는 데 공헌하였으며 실존분석은 노이로제 치료에 공헌하였다. 그런 의미에서 현존재분석과 실존분석은 상반되는 것이 아니라, 오히려 상호 보충하는 것이다. 정신병을 더욱 깊이 이해하기 위해 현존재분석은 세계내존재의 단일성에 초점을 맞춘다. 반면에 실존분석은 실존의 단일성 안에서의 신체, 심리, 정신의 다양성을 강조한다. 프랑클의 실존분석은 구체적인 개인의 분석, 즉 존재의 의미에서의 분석만이 아니라, 존재론적 의미에서의 분석이고자 한다. [……] 실존이란 인간만이 가능한 고유한 존재 방식을 의미한다. 실존의 한 가지 특징은 자기초월이다. 즉, 인간은 세계를 향해 자기를 초월한다. 그러나 그 이상으로 인간은 또한 당위(ought)를 향해 자기를 초월한다. 이렇게 할 때만 인간은 신체적 및 심리적 차원을 초월하며 순수한 인간적인 영역으로 들어간다. 이 영역은 새로운 차원인 정신적 차원에 의해서 구성된다. 이들은 실존의 두 측면만을 제시할 뿐이다. 즉 이원론이라는 뜻에서의 물심평행론에 의해서도, 일원론이라는 뜻에서의 주체성이라는 것에 의해서도 말할 수 없다. 그러나 신체적, 심리적, 정신적인 존재론적 다양성에도 불구하고 인간학적 단일성이나 실존의 전체성은 존재의 분석에서부터 내가 차원적 존재론(dimensional ontology)이라고 일컫는 것으로 눈을 돌림으로써 보존되고 유지된다. 빅터 프랑클, 『의미치료와 현대인』, 139-142쪽.

또한, 상황이 아니라 자신의 결단이 어떤 한 사람을 돼지와 같은 사람이 되기도 하고 성인과 같은 사람으로 만들기도 한다는 사실 앞에서 인간의 자유는 조건으로부터 자유가 아니라 그 조건에 대결하는 자유라는 것을 확신하게 된다. 수용소에서의 사람들은 도덕적인 퇴행이 아니라 진보와 진화하였다. 이것은 도덕적이며 종교적이기도 하였다. 구속된 생활을 통하여 무의식 속에 억압되어 있던 신에 대한 지향성이 발현된다는 사실에 주목하며 인간의 비참하고 참담한 환경에도 불구하고 마지막까지 남아 있는 인간 정신의 숭고함에 관심을 갖게 된다. 또한, 프랑클의 사상의 기본 가설은 그가 수용소에서 행했던 임상실천을 통해서 증명되었다.

프랑클은 전통적인 심리학을 집대성할 뿐만 아니라, 심리학의 가장 하부구조로서 기초를 담당하고 있었던 정신분석의 무의식 개념을 전복시켰다. 혁명적인 패러다임의 전환은 새로운 심리요법 중 하나로 자리매김하였다.<sup>31)</sup> 프랑클은 정신분석의 무의식적 본능 개념을 포괄하면서 무의식적 영성을 규명한다. 동시에 무의식의 이드화(충동적 인간)에서 벗어나 책임 존재로서의 인간임을 밝히기 위한 목적으로 초월적 무의식으로서의 영적 무의식을 발견함으로써 프로이트의 정신분석을 뛰어넘는다. <sup>32)</sup>

---

31) 신문奎, 「프랑클의 관점에서 바라본 프로이트의 무의식 메커니즘」, 『신학과 목회』, 42, 2014, 333쪽.

32) 신문奎, 「프랑클의 관점에서 바라본 프로이트의 무의식 메커니즘」, 333쪽.

### Ⅲ. 『무의식의 신』에 나타난 프랑클의 실존분석

#### 1. 책임존재로서의 실존

프랑클의 실존분석(Existential Analysis)은 책임존재라는 인간의 특수한 존재 방식을 표현하기 위하여 도입되었다. 그렇다면 책임성을 실존으로 받아들이게 된 동기는 무엇일까? 그것은 그의 최초의 저서인 『의사의 영혼지도(Doctor and the Soul』(1965)에서 밝히고 있는 것처럼 인간은 삶에 질문을 던지는 자가 아니며 오히려 인간은 삶이 물어오는 질문에 책임 있게 응답하는 존재이라는 것이다. 실존은 책임존재이다.<sup>33)</sup> 책임성의 강조는 실존분석에의 행동강령에서도 잘 나타난다.

인생을 두 번째로 살고 있는 것처럼 살아라. 그리고 지금 당신이 말하려고 하는 행동이 첫 번째 인생에서 이미 그릇되게 했던 바로 그 행동이라고 생각하라.<sup>34)</sup>

인간은 자신을 책임존재로 이해할 때, 자기 의지의 주인이 된다. 책임존재로서의 인간은 지향적 대상을 필요로 한다. 지향할 대상 없이 방향을 잃은 책임성은 불안정하다.<sup>35)</sup> 우리는 삶이 물어오는 질문에 대해 책임의 존재로서 응답해야만 한다. 응답은 행동을 통하여 필연적으로 이루어져야 한다. 삶에 대하여 행동으로 응답한다는 것은 여기-지금(here and now)에 응답한다<sup>36)</sup>는 것이다. 그것은 개별적이고 구체적인 인간이 처해있는 구체적인 상황에 대한 응답을 의미한다.

우리에게 던지는 삶의 물음들은 보편적인 것과 거리가 멀다. 구체적인 인간에게 나타나는 구체적인 상황에 대한 물음은 결코 보편적일 수 없다. 인간의 책임성은 언제나 구체적인 인간과 구체적인 상황에 대한 책임성을 향해 있다.

33) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 27쪽.

34) 빅터 프랭클, 『죽음의 수용소에서』, 182쪽.

35) 김진, 「프랑클의 영혼을 치유하는 의사」, 신필재 콜로키움 강좌 참조.

36) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 28쪽.

인간의 책임은 실존의 일회성과 유일성에 대한 것이다. 유한한 인간의 삶 앞에서 인간은 책임 있는 존재이다. 책임은 언제나 어떤 의무를 가리킨다. 인간의 의무는 개별적 의미, 즉 인간이 가지고 있는 삶에 대한 특수한 의미로부터 이해된다.<sup>37)</sup> 제한된 삶의 조건들 앞에서 종종 인간은 삶의 무의미를 느끼곤 한다. 그러나 제한된 조건에서도 삶은 의미로 가득하다.

삶이라고 하는 그 자체가 우리에게 질문을 제기한다. 우리 인간은 질문을 내던지는 것이 아니라 오히려 삶에 대해 질문을 받는 존재로서, 삶에 대답을 주어야만 한다. 인생문제에 대한 구체적인 대답은 실존적 책임 속에서 그 대답이 나와 실존으로 그 고유한 질문에 대해 해답을 주는 것이어야 한다.<sup>38)</sup>

책임의 존재로서 진정한 삶의 의미는 인간의 정신이나 내면에서 찾는 것이 아니다. 이 세상에서 찾아야 한다. 이러한 인간 존재의 구조적 특성을 자기초월성이라고 부른다. 자기초월적 인간은 항상 자기 자신이 아닌 어떤 것, 또는 어떤 대상을 지향한다. 인간은 자기 자신을 잊으면 잊을수록 더욱 인간다워진다. 비로소 자신을 실현하게 된다.<sup>39)</sup>

고도화된 현대 사회의 성장과 더불어 과학과 의학의 급진적인 발전에도 불구하고 삶의 무한성에 대한 기대는 허무한 꿈처럼 보인다. 그러면서도 우리는 간혹 우리의 삶이 제한적이라는 것을 잊고 살아간다. 때로는 영원히 살 것처럼 하루하루를 의미를 잃은 듯이 살아가기도 한다. 그들에게 책임의 존재라는 인식이 오히려 우리의 삶에 대한 과도한 무게감과 압박감을 가중시키는 결과를 초래할 수도 있다. 그러나 프랑클은 이러한 형태의 실존적 공허가 만연한 우리의 삶에 있어서 가장 위험한 것은 오히려 짐을 충분히 지고 있지 않다는 점에서 찾는다. 신경증은 스트레스 상황에서만 발생하는 것이 아니라 실존적 공허가 끝난 상태, 즉 스트레스에서 벗어나 있는 상태에서도 발생한다는 것이다. 의미 상실로 인한 낮은 긴장감은 지나친 긴장 상태의 경우와 마찬가지로 우리의 정신 건강을 위협한다. 책임존재에 대한 인식이 높은 환자가 책임감이 낮은 환자보다 빠른 회복력을 갖는다.

---

37) 빅터 프랭클, 『극한상황 속에 인간심리분석』, 272쪽.

38) 빅터 프랭클, 『극한상황 속에 인간심리분석』, 273쪽.

39) 빅터 프랭클, 『죽음의 수용소에서』, 183쪽.



강력한 의미의 정위는 생명을 연장하거나 생명을 구하는 효과도 있을 수 있다. 전자에 대해서는 괴테가 『파우스트』의 제2부를 완성하는 데에는 7년간이나 작업을 했다는 사실을 상기시키고 싶다. 1832년 1월 그는 마침내 완성한 원고에 봉인했다. 그리고 2개월 후에 세상을 떠났다. 괴테는 아마 자기 생의 마지막 7년간을 생물학적으로 자기 한계를 넘어서 살았을 것이다. 죽음의 기한은 지났으나 작품을 완성하며 의미가 충족될 때까지 살아 있었던 것이다.<sup>40)</sup>

책임의 존재는 무의식적으로 인식하고 행동한다. 단지 책임의 존재를 의식의 수준에서 깨닫지 못했을 뿐이다. 왔다는 것을 성장을 거듭하고 있는 지금의 인류 사회는 인간 삶의 유한성에 대해 너무나도 잘 인식하고 있다. 유한한 삶을 살아가야 할 인간의 삶의 모습이라고 하기에는 우리는 최선을 다하여 살아가고 있다는 것은 쉽게 확인할 수 있다. 인간 삶의 유한성은 우리 모두의 운명이다. 따라서 운명은 죽음과 마찬가지로 삶의 일부이다. 죽음과도 같은 거역할 수 없는 운명에 우리는 불평만을 쏟아낼 것인가. 우리가 알아야 할 것은 죽음이 삶의 일부이듯이 운명 또한 삶의 일부라는 것을 받아들일 때 그제야 의미는 발견될 수 있다는 것이다.

인간적임의 부정적 양상을 회피하기 위해서, 우리는 의미를 유용하게 하는 세 가지 영역 내에서 책임이행 능력을 받아들여야만 한다. 우리는 우리가 하는 것, “우리가 사랑하는 사람, 그리고 어떻게 고통받는가”하는 데 대해 책임을 진다. [……] 책임은 외부로부터 부과된 것이고 책임이행능력은 자유로이 선택된 것이다. [……] 오늘날 우리는 대부분의 외부의 권위로부터 자유롭다. 그러나 책임이 권위로부터 받아들여지지 않는 곳이므로 책임이행 능력은 내적인 규율을 의미한다. [……] 우리는 강요되었기 때문이 아니라 결심했기 때문에 응한다. 책임이행의 능력은 우리의 결심으로부터 나오기 때문이다. 자유 없는 책임은 폭군이다. 책임이행 능력이 없는 자유는 방종이고 권태, 공허, 불안 그리고 노이로제로 이끈다. <sup>41)</sup>

인간 존재의 근원인 책임성의 상실은 신경증을 일으킬 수 있다. 따라서 의

40) 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 32쪽.

41) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 197-198쪽.

미치료는 환자의 무의식 속에 침잠되어 있는 책임성을 의식할 수 있도록 돕는 것을 우선으로 한다. 인간이 책임을 지는 존재인 것은 인간이 자유로운 존재이기 때문이다. 인간은 운명 앞에서 자신의 모습을 결정하는 존재이다.

‘~로부터의 자유’는 외적인 권위를 거부하지만 ‘~에 대한 자유’는 내부에서 자신이 부과한 권위를 요구한다. 오늘날 우리는 현격한 과도기에 살고 있다. 우리는 더 이상 교회, 국가, 가족, 그리고 다른 전통적 규범에 따라 지시되고 내적인 책임이행 능력은 아직 널리 받아들여지지 않고 있다. 그래서 우리는 버려진 보호 받지 못한 떠다니는, 뿌리박히지 않은 그리고 절망적인 느낌을 갖는다.<sup>42)</sup>

삶을 견뎌낼 수 있는 유일한 방법은 이루어야 할 과업을 갖는 것이다. 실존적 공허와 질병, 신경증의 증상들은 도전과 과업에 반응함으로써 예방될 수 있다.<sup>43)</sup> 인간은 자유롭고 책임성을 갖는다. 인간은 변경할 수 없는 운명 앞에서도 자신을 변경시킬 수 있다. 인간은 자기를 재형성시킬 수 있다. 이것은 인간의 특권이며 실존의 특성이기도 하다. 즉 죄를 짓는 것은 인간의 특권이며 죄를 극복하는 것은 인간의 책임인 것이다. 죄를 짓는 것은 인간 특권이다.<sup>44)</sup> 따라서 자유는 책임의 관점에서 해석되어야 한다. 인간은 어떤 상황에서도 올바른 해답을 찾아야 할 책임이 있다. 인간은 개별적 상황 속에서 진정한 의미를 찾아야 할 책임이 있다.<sup>45)</sup>

## 2. 영적 무의식

프로이트는 인간의 무의식을 발견하였으며 무의식은 오직 본능적이며 충동적이라고 보았다. 그러나 프랑클은 인간의 무의식을 본능적 무의식으로만 설명될 수 없으며 무의식 속에 ‘영적 무의식’이라는 새로운 개념을 추가하였다. 이로써 프랑클은 무의식 개념의 한계를 재설정하였다. 다시 말해서 무의식의

42) 빅터 프랑클, 『영혼을 치유하는 의사』, 147-149쪽.

43) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 196쪽.

44) 빅터 프랑클, 『로고테라피의 이론과 실제: 의미에의 의지』, 이봉우 역, 분도출판사, 1980, 78쪽.

45) 빅터 프랑클, 『삶의 의미를 찾아서』, 106쪽.

범위는 무의식적 본능과 무의식적 영성으로 구분하여 확대하였다. 또한, 프랑클은 무의식적 본능보다 무의식적 영성에 초점을 맞춘다.

프로이트의 심리분석(psychoanalysis)은 인간을 심리적 자동기계장치(the automaton of a psychic apparatus) 정도로 취급한다. 그러나 프랑클은 오히려 인간은 자율성을 가진 영적 실존(the autonomy of spiritual existence)임을 강조한다. ‘자율성을 가진 영적 실존’의 개념은 프랑클의 실존분석(existential analysis)의 핵심이다.<sup>46)</sup> 영적(spiritual)이란 인간의 무의식에 존재하는 독특한 현상으로, 매우 인간적인 것을 의미하며 인간과 동물이 공통적으로 가지고 있는 생리적이며 심리적인 현상과 대조되는 개념이다. 그러나 영적이라는 말은 종교적인 것과는 거리가 멀다. 영적이라는 말은 종교적인 의미가 아니다. 영적인 것은 동물과 대조되며 인간 안에서만 존재하는 가장 인간적인 독특한 현상을 가리킬 뿐이다.

본능적인 것과 영적인 것은 무의식적이다. 그러나 영적인 것은 무의식적일 수도 있고 의식적일 수도 있다. 영적인 것에 있어서 무의식과 의식의 경계는 매우 유동적이며 상호 침투적이다. 무의식과 의식의 경계뿐만 아니라 본능적인 것과 영적인 것 사이의 경계도 명확하게 구분할 수 없다. 한마디로 본능과 영은 측정할 수 없는 개념이라고 할 수 있다.<sup>47)</sup>

인간 실존은 영적이다. 영적인 것은 인간 안에 있는 매우 인간적 영역이다. 영적 실존은 의식과 무의식으로 구분되지 않는다. 영적 실존은 영적인 것과 본능적인 것으로 구별된다. 정신분석에서는 인간이 된다는 것은 충동적 존재가 된다는 것이다.<sup>48)</sup> 그러나 프랑클은 “인간이 된다는 것은 곧 되어야 할 존재가 되기로 결정하는 것”<sup>49)</sup>으로 본다.

영적인 것과 본능적인 것의 사이에는 명확한 경계가 없지만, 존재론적 경계선이라는 입장에서 실존과 사실성을 나눌 수 있다. 실존은 본질적으로 영적으로 분류한다. 반면 사실성은 생리적이고 심리학적 사실의 어떤 것으로 정의한다. 실존과 사실성 사이의 경계선인 존재론적 경계선은 명확하게 그어져야 한다. 그러나 사실성의 영역 안에서 생리적이고 심리학적인 것 사이의 경계선은 명확하게 구분할 수 없다.<sup>50)</sup>

46) Victor E. Frankl, *The unconscious god*, p. 22.

47) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 30쪽.

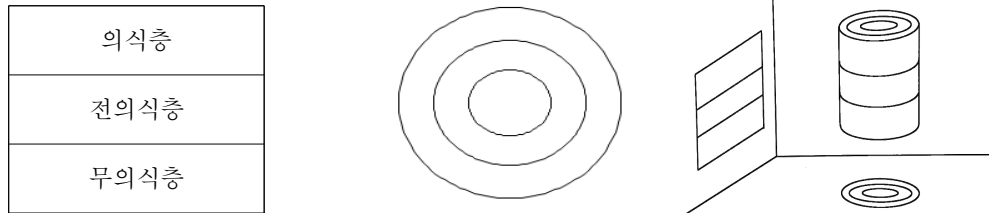
48) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 30쪽.

49) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 30쪽.

50) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 31쪽.

인간이 된다는 것은 책임 있는 존재, 자신의 실존에 대한 책임을 지는 존재가 된다는 것이다. 그러므로 실존은 그것이 무의식적일 때라도 진정한 것일 수 있다. 그리고 인간은 충동 될 때가 아니라 책임을 질 수 있을 때 진정으로 실존하게 된다. 진정한 실존은 나 자신이 스스로 결정하는 순간에 나타나는 것이 지 ‘이드’가 나를 충동할 때 나타나는 게 아니다.<sup>51)</sup>

인간은 실존적이며 인격적일 뿐만 아니라 영적 중심에 근거하여 움직일 때 비로소 개인화하며 통합에 이를 수 있게 된다. 즉 인간이 된다는 것은 개인화 된다는 것이다. 영적 중심만이 인간 내부의 일체성과 전체성을 보장하며 개인화를 이룰 수 있다. 이러한 맥락에서 인간의 완성은 신체적·심리적·영적 측면의 통합을 통해 가능해진다. 인간을 단순히 신체와 심리적인 것만으로 설명할 수 없으며 설령 몸과 마음의 통합이 이루어졌다고 할지라도 영적 실존의 결핍은 총체적 인간을 설명하기에는 역부족이라고 할 수 있다.<sup>52)</sup>



[Scheler의 수직적계층구조] [Freud의 나이테식표층구조] [Frankl의 삼차원적 구조]

프랑클은 지금까지 선호해 왔던 인간의 구조는 나이테 식의 표층 형태로서, 이는 셸러(Scheler)의 수직적 계층구조의 변형에 불가<sup>53)</sup>한 것으로 보았다. 프랑클은 계층형태와 표층 형태를 결합하여 인간의 삼차원적 구조(a three-dimensional modal) 모델을 제시한다.<sup>54)</sup> 이것은 두 개의 이차원적 구조를 결합한 것이다. 즉 인격

51) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 30-31쪽.

52) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 32쪽.

53) Victor E. Frankl, *The unconscious god*, New York: Washington Square Press, 1985, p. 29.

의 핵심인 영적인 것을 하나의 축으로 삼고 범위를 연장하였다. 영적 중심의 축은 무의식·전의식·의식의 계층형태를 포함한다.

프랑클은 삼차원적 형태의 인간 구조가 인간을 보다 명확하게 표현할 수 있다고 보았다. 삼차원적 인간 구조에서 인간 현상은 그것이 인격적 축이든, 심리적, 생리적 축이든 관계없이 어느 차원, 즉 무의식·전의식·의식에서나 나타날 수 있다고 한다. 자아는 온전한 자기반성이 불가하며 이런 의미에서 인간 실존은 비반성적이며 자기 자신이다. 인간 실존은 행위 안에서 존재한다. 반성이 아닌 행위 안에서 존재하는 실존은 완전한 분석도 할 수 없는 원현상으로 남아 있다. 따라서 실존분석은 실존을 위한 분석이며 실존의 분석이 될 수 없다.<sup>55)</sup>

앞서 밝힌 바와 같이, 영적 현상들은 무의식적일 수 있으며 의식적일 수도 있으나 인간 실존의 근본 영적 바탕은 무의식적이라고 할 수 있다. 그러므로 인간의 가장 깊은 심층에 자리 잡은 인간의 중심부는 무의식적이며 근원적으로 인간의 영(spirit)은 무의식적 영(unconscious spirit)이다. 무의식의 영은 자신을 인식하지 못하면서도 어떤 것을 무의식의 의식화나 무의식의 상태로 내버려 두고자 하는 결정은 무의식의 역할이다. 그러나 그러한 결정을 내리기 위하여 우리는 어떤 분별 능력을 갖추어야 한다.

인간의 영은 그 근원부터 무의식적 영이다. 이것을 눈에 비유할 수 있다. 눈의 망막은 정확하게 기원점이 되는 부분에 해부학에서 ‘맹점’이라고 하는 시신경의 출구를 갖고 있다. 이와 마찬가지로 영도 정확하게 그 기원이 되는 부분을 볼 수가 없고, 엄밀한 자기관찰이나 자기 반사가 불가능하다. 또한, 영은 원초적인 것이요, 전적으로 그 자체이기 때문에 자기 자신을 정확하게 의식하지도 못한다. 그러므로 우리는 인도의 경전 ‘베다’의 말씀에 완전히 동의할 수 있을 것이다. “보는 것 그것(눈)은 볼 수 없고, 듣는 것 그것(귀)은 들을 수 없으며, 생각하는 그것(사유)은 생각될 수 없다.”<sup>56)</sup>

실존적 결단은 영적 무의식에서 이뤄진다. 따라서 인간의 책임성은 무의식의 가장 깊은 지점까지 도달하게 된다. 그 결과 책임은 인간의 의식과 무의식

54) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 33-34쪽.

55) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 35쪽.

56) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 36쪽.

에도 존재한다. 프랑클의 영적 무의식을 발견은 인간을 전적으로 이성적 존재로서만 이해될 수 없다는 것을 보여준다. 그로 인하여 인간의 무의식을 오직 충동의 산실(産室)로서 해석될 위험으로부터 구원받게 된다. 더 이상 주지주의나 이성주의와 같은 사변적인 태도의 인간 이해는 요구되지 않는다.

### 3. 무의식적 양심

양심(conscience)의 어원은 고대 그리스 ‘쉬네이데시스(syneidesis)’에서 시작되었으며 의식(conscientia)과 관련이 있다.<sup>57)</sup> 이는 자신이 행한 섬뜩한 일에 대한 자각의 상태를 의미하며 행위자를 파멸시킬 수도 있는 영혼의 위협적인 고통이다. 기원전 5세기에서 2세기까지 산발적으로 쓰이던 양심은 기원전 1세기부터는 자신의 행위에 수반하는 의식이라는 의미로 일반화되기에 이르고 대부분의 경우 도덕적으로 부정적인 가치평가를 가리킨다.<sup>58)</sup>

셀러의 경우, 양심은 정신적 감정이 도덕적 가치를 감지한 결과 또는 사회 속에서 허용되는 도덕적 규범이나 윤리적인 당위 등이 심정에 침잠하여 형성되었으며 본래적으로 양심은 마음에 고유하게 존재하지 않는 것으로 보았다. 양심의 근원은 선천적 도덕법칙이 아니며 사회 속에서 통용되는 규범과 윤리적 당위 안에서 주관화를 이루고 내면화된 것으로 보았다.<sup>59)</sup>

그렇다면 프랑클이 정의하는 양심은 무엇일까? 프랑클의 양심 현상은 책임성과 더불어 진정한 원형 현상이다. 양심은 결단하는 존재로서 인간의 무의식적 심층 깊숙이 숨어 있는 불변의 현상인 것이다. 또한, 양심은 무의식적 지평에서 출현한다. 양심은 무의식의 상태에서 일어나며 실존적으로 매우 중요하고 진정한 결단을 의미한다. 결단은 무의식적이며 완전한 반성 없이 일어난다. 양심은 이성적이지도 논리적이지도 않다. 양심은 전논리적이다. 양심이 작용하고 있는 동안에는 이성의 영역 안에서 설명될 수 없다. 양심은 반드시 ‘사실 후(after the fact)’에 설명 가능하며 사실 후에 비로소 도덕적 반성은 가능해진다. 따라서 양심은 분석할 수 없다.<sup>60)</sup>

57) 진교훈 외, 『양심』, 서울대학교출판문화원, 2012, 179쪽.

58) 양대중, 「도덕적 양심의 기원의 고찰」, 『니체연구』, 23, 2013, 181쪽.

59) 금교영, 「막스 셀러의 양심론에 관한 연구」, 『서강인문논총』, 26, 2009, 194-195쪽.

프로이트의 정신분석에서 양심은 이상적 자아의 역할을 하는 ‘초자아’와 상응한다. [……] 정신분석에서 초자아는 부모의 강함과 엄격함, 또한 그들의 금지와 처벌하는 기능만을 받아들인다. [……] 프랑클은 자아의 실존성과 양심의 초월성을 개념화하기 위해 프로이트와 상당히 거리를 두면서 양심과 초자아를 다른 것으로 결코 환원하지 않는다. 왜냐하면, 프로이트의 인격 구조를 넘어서는 책임적 존재로서의 인간은 결코 ‘충동존재’로 환원될 수 없으며, 동시에 자아는 결코 충동이나 본능으로 환원될 수 없기 때문이다. [……] 프랑클은 실존분석의 틀 안에서 프로이트가 꿈에서조차 생각지 못한 ‘양심의 초월성’에 관한 논거를 관찰한다.<sup>61)</sup>

양심의 실현에 대한 예상 또한 직관을 통해서만 가능하므로 양심은 직관적이다. 실현해야 할 것들을 추측하기 위하여 양심은 직관에 의존할 수밖에 없다. 양심은 개별적인 의미의 가능성을 직관을 통하여 드러내기 때문에 양심은 본능이며 양심은 윤리적 본능이다. 윤리적 본능의 양심은 개별적이고 구체적인 목표를 지향한다. 윤리적 본능은 일반적인 본능과 구별된다. 윤리적 본능은 동물의 본능과 다르다. 윤리적 본능은 오직 인간의 개별적 상황에 걸맞은 유일한 요구를 발견할 수 있도록 한다.<sup>62)</sup>

양심은 직관적일 뿐만 아니라 창조적이다. 개인의 양심은 끊임없이 개인이 속해 있는 사회, 말하자면 그의 부족(副族)이 권장하는 것과 모순되는 어떤 것을 하도록 그에게 요구한다. 이 부족이 식인종(食人種)들로 구성되어 있다고 상상해 보라. 개인의 창조적인 양심은 특정한 상황에서는 적을 죽이는 것보다는 그의 목숨을 살려주는 것이 더욱더 의미 있다는 사실을 발견할 수 있을 것이다. 이런 식으로 그의 양심은 처음에는 독특한 의미이던 것이 보편적 가치-살인하지 말라-가 될 수 있다는 점에서 변혁을 시작할 수 있다. 그러므로 오늘의 독특한 의미는 내일의 보편적 가치이다. 이런 식으로 종교가 발생하고 가치가 발전해 간다. 양심은 또한 세상에 통용하는 가치와 모순되는 독특한 의미들을 찾아내는 능력을 갖추고 있다.<sup>63)</sup>

60) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 40쪽.

61) 신문케, 「프랑클의 관점에서 바라본 프로이트의 무의식 메커니즘」, 337-338쪽.

62) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 42쪽.

63) 빅터 프랭클, 『로고테라피의 이론과 실제. 의미에의 의지』, 67-68쪽.

양심의 가장 큰 과업은 인간에게 꼭 필요한 한 가지를 보여주는 것이다. 인간에게 필요한 한 가지의 일은 절대적이며 유일한 것이어야 한다. 한 인간이 특정한 상황에서 유일하게 실현해야 할 가능성이어야만 한다. 인간은 모든 인간의 보편성이 아니라 개별적인 개인의 보편성<sup>64)</sup>을 지향한다.

양심이 개별적인 인간의 삶의 상황 속에 잠재해 있는 유일하고 절대적인 가능성들을 지향하는 것처럼 인간의 사랑 역시 그러하다. 또한, 사랑은 양심과 같은 형태의 결단과 선택이 필요하다. 사랑 이외에도 예술적 양심 또한 양심과 닮았다. 예술적 양심은 직관적이며 감성적이다. 예술적 양심은 영적 무의식의 심층에 뿌리내리고 있다. 즉 예술의 창조는 영적 무의식에 의존한다. 양심의 비이성적인 직관은 예술가의 영감과도 같다. 예술적 창조는 영적 무의식의 심연에서 일어난다. 반성이란 창조 과정이 끝난 후에야 가능하며 창조 과정의 지나친 의식화는 부작용을 일으킨다. 예술가가 모든 사소한 과정을 의식적으로 진행하고자 할 때, 오히려 예술적으로 실패를 맛볼 수 있다. 이럴 때 불필요한 반성으로 벗어나 자유롭게 창조적 과정을 발휘할 수 있도록 도와야 한다. 따라서 영적 무의식을 포함한 무의식의 의식화는 의식을 무의식으로 돌려보내기 위한 수단으로만 발휘된다. 치료자의 역할은 결국 본래적인 비반성적인 실존행위의 순수성과 자발성을 회복시키는 것이라고 할 수 있다.<sup>65)</sup>

양심이란 인간 실체의 부분이다. 진정한 양심은 부모나 종교, 사회가 우리에게 말하는 어떤 것이 아니다. 이런 것들이 영향력은 있지만, 우리의 중심에 우리는 아직도 이상한 작은 음성을 가지고 있다. 그것이 우리 생활의 핵심적 역할을 한다. 우리 인생을 뜻 깊게도, 공허하게도 만들 수 있고 행복과 성취 혹은 긴장과 갈등, 좌절, 그리고 정신질환을 일으킬 수도 있는 이것을 어떻게 들고 어떻게 행동해야 하는가. [……] 우리는 들어야 한다. 의미를 가져올 가장 중요한 임무는 양심에 귀를 기울이는 것이다. 우리가 쫓기거나 벌이 무서워서 행동하는 것이 아니고 오직 우리가 하기로 결정했기 때문에 행동할 때만이 인간적이다.<sup>66)</sup>

자신의 양심과 진정한 대화가 이루어지기 위해서는 자신의 양심의 종이 되

64) 한국야스퍼스학회, 『야스퍼스와 사유의 거인들』. 지만지, 2010. 133쪽.

65) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 43-44쪽.

66) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 126쪽.



어서야 가능하다. 인간을 초월하는 현상으로 양심을 받아들일 때 진정한 양심의 종이 될 수 있다. 흔히 말하는 양심의 소리는 초월성의 소리이며 인간에게서 나오는 것이다. 양심의 소리는 인간 실존에 잠재된 어떤 세계를 넘어선 것이며, 저 너머에 존재하는 사실<sup>67)</sup>인 것이다. 양심의 기원은 신학적이기보다는 매우 인간적이다. 양심 그 자체가 자신의 초월적 기원을 뜻하는 것으로 이해될 때 그제야 양심의 현상은 온전히 이해할 수 있게 된다. 비로소 개별적인 인간으로 자신을 온전히 이해할 수 있다. 양심은 영적 무의식의 본질적인 초월성을 드러내는 중요한 역할을 담당한다.

가장 온전하고 자연스러운 인간 현상인 양심은 인간을 진정한 의미로 이끈다. 그러나 양심은 인간을 잘못된 방향으로 이끌 수도 있다. 그런데도 인간은 양심이 이끄는 의미가 진정한 의미인지 알 수 없는 순간에도 양심에 매달릴 수밖에 없는 존재이다. 양심은 의미를 발견할 수 있는 유일한 인간의 능력이기 때문이다.

나의 양심의 잘못을 범할 수 있는 가능성은 다른 사람의 양심이 옳을 수 있는 가능성을 의미한다. 그래서 양심은 겸손과 순수함을 필요로 한다. 내가 만일 의미를 찾으려고 한다면, 나는 의미가 있다는 것을 확신해야 한다. 반면에 내가 의미를 찾을 수 있다는 것을 확신할 수 없다면, 나는 관대해야 한다. [……] 관대하다는 것은 다른 사람이 믿는 바를 그대로 내가 믿는다는 것을 의미하지 않는다. 오히려 이것은 다른 사람들이 자기 자신의 양심을 믿고 따를 권리를 가지고 있다는 것을 내가 인정함을 의미하는 것이다.<sup>68)</sup>

#### 4. 무의식적 종교심

프랑클의 실존분석에서의 무의식적 종교심(unconscious religiousness)<sup>69)</sup>은 영적

67) 진교훈 외, 『양심』, 303-304쪽.

68) 빅터 프랭클, 『로고테라피의 이론과 실제. 의미에의 의지』, 70-71쪽.

69) 프랑클의 사상은 유대교와 그리스도교적인 전통에 기반하고 있다. 이로 인해 프랑클은 정신의학과 종교를 혼동시켰다는 비난을 받기도 하였다. 그는 독실한 유대교도였음에도 불구하고 직업적 특성을 고려하여 종교에 관하여서는 가급적 언급을 피하였다. 프랑클은 개인적인 일상에서도 모든 종교를 이해하려는 관용적인 태도로 일관하였으나 신의 존재에 대해서는 상당히 강한 소신을 가지고 있었다. 무신론자들의 꿈 분석을 통한 숨은 종교성의 발견은 그의 강한 신념을 확고하게 만든다. 신은 어둠에 싸여

무의식을 내포하고 있다. 인간의 현상학적 분석을 통하여 드러나게 되는 무의식적 종교심은 본래부터 인간의 심층에 내재되어 있는 초월성(transcendence inherent)과 긴밀한 관계를 맺고 있다. 이는 영적 무의식을 구성하는 한 부분으로서 ‘초월적 무의식(transcendent unconscious)’이라 부른다. 프랑클은 초월적 무의식이란 무의식적인 차원에서도 항상 초월적인 부분과 지향적인 관계 속에 살아왔다는 것을 의미할 뿐 그 이상도 그 이하도 아니라는 것을 강조한다. 무의식적 관계가 지향하는 대상을 굳이 ‘신(God)’으로 본다면 그 신은 ‘무의식의 신(unconscious God)’<sup>70)</sup>을 일컫는다.

종교에 대한 프로이트의 견해는 그의 친구 빈스방거(Binswanger)에게 보낸 편지에 표현되어 있다. “나는 종교를 인류의 노이로제의 범위에 넣음으로써 종교의 위치를 발견했다.”그렇지만 칼 융은 종교성을 노이로제의 증상으로 생각하지 않고 치료 가능한 방법으로 여겼다. 애브라함 마슬로우는 “현대 실존적 그리고 인본주의 심리학자들은 어떤 사람이 그러한 종교적 의문에 관심을 갖지 않는다면 실존적 방법에서 병들었거나 이상한 사람으로 여긴다”고 말했다. 그래서 프로이트 이후의 심리학자들은 그들 자신을 전환시켰다. 프로이트는 종교를 가진 사람을 병든 사람으로 간주했다. 마슬로우는 종교적인 의문에 관심을 갖지 않는 사람을 병든 사람으로 여겼다.<sup>71)</sup>

프랑클이 말하는 무의식적 존재는 신이 아니다. 무의식의 신이란 인간의 무의식 속에 숨어 있는 신(神)과의 은밀한 관계 맺음이다. 무의식은 신적인 것과 관계가 있을 뿐, 신이 인간에 무의식에 머물러 있다는 뜻은 결코 아니다. 그러므로 범신론적 입장에서 무의식의 신은 이해될 수 없다. 무의식은 신적인 그

---

있는 신이며 신의 절대적 초월성을 강조한다. 오직 신은 믿음과 찬미와 사랑만이 가능한 존재라고 본다. 그의 저술가운데 ‘신’을 언급한 것은 “무의식의 신” 단 한권뿐이다.

70) 1975년 출판된 『무의식의 신(The Unconscious God)』은 1947년 독일어로 처음 출판된 *Der unbewußte Gott*의 영역본이다. 그 이후 *Man's Search for Ultimate Meaning*(『인간의 궁극적 의미추구』)라는 제목의 영문판이 출판되었다. 이는 1985년 미국 정신과 협회(American Psychiatric Association, APA)에서 주관하는 오스카 피스터 상(Oska Pfister Award)을 수상하는 자리에서 행한 프랑클의 수상 연설 제목과 동일한 것이다. 프랑클의 저서 『무의식의 신(The Unconscious God)』의 주요 논제는 모든 인간의 무의식 심층에는 뿌리 깊이 자리하고 있는 종교심이 있다는 것이며 이러한 종교심은 극심한 정신질환을 겪고 있는 인간에게서조차 사라지지 않고 존재 한다. 『죽음의 수용소에서(Man's Search for Meaning)』와 『삶의 의미를 찾아서(The Will to Meaning)』는 그에 이와 같은 견해를 명백히 밝힘으로써 인간의 불멸(不滅)하는 종교심에 대하여 증언하고자 저술되었다.

71) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 233쪽.

무엇이 아니며 신적인 그 어떤 속성도 지니고 있지 않다.

프랑클은 무의식 안에서의 종교적 요소를 끌어낸 융(Jung)의 업적을 인정하면서도 무의식의 신을 인격적이고 실존적인 종교 안이 아니라, 인간의 무의식적 종교심을 충동(drives)과 본능(instincts)의 영역에 가져다 놓은 점은 비판한다. 융은 인간의 무의식 안에 있는 어떤 것은 단지 종교적일 뿐이며 자신이 종교인은 아니라고 본다. 인간 내부에 있는 어떤 것이 자신을 신에게로 나아가도록 하므로 그것에 대해 선택과 책임의 필요성에서 벗어난다고 보았다. 융에게 있어서 무의식적 종교심은 집단무의식 속에 종교적 원형들에 예속된 것일 뿐이다. 융의 무의식적 종교심은 인격적 결단과는 거리가 멀다. 융의 무의식적 종교심은 비인격적이고 집단적 원형에 지나지 않는 것으로 보았다. 그러나 프랑클의 무의식적 종교심은 집단 무의식에서 생성될 수 없다. 무의식적 종교심은 무의식의 지평일지라도 종교심은 인간이 결정하는 가장 인격적인 결단이기 때문이다.<sup>72)</sup>

진정한 종교심은 ‘충동성’을 가지는 것이 아니라 오히려 ‘결단성’을 가진다. 사실, 종교심은 자체의 결단성으로 바로 서고 충동성으로 넘어진다. 함마디로 종교심은 실존적이냐 아니면 비실존적이냐 둘 중 하나다.<sup>73)</sup>

프랑클은 융의 집단 무의식 원형의 비유를 통해 무의식적 종교심이란 지구상의 인류 모두에게 주어진 표상이 아니라 개인 인격의 중심에서 발생하는 것임을 강조한다. 무의식의 종교심은 생득적일 수 없으며 생물학적 의미에서 유전될 수도 없다는 것을 다시 한 번 강조한다. 프랑클의 이와 같은 주장은 모든 종교성이 발달의 특정한 경로와 패턴 안에서 진행된다는 것을 부정하는 것이 아니다. 다만 무의식적 종교심에 특성을 타고난, 유전된 원형들이 아니라, 개인적 종교적 성향을 주입하는 이미 주어진 문화적인 틀<sup>74)</sup>로 간주할 뿐이다. 프랑클이 말하는 본래의 종교심은 억압의 희생물로서 어린이와 같은 순수한 믿음의 형태 안에서 표면화된다. 그러한 신앙심은 반드시 어린 시절의 경험적

72) 빅터 프랑클, 『무의식의 신』, 73쪽.

73) 빅터 프랑클, 『무의식의 신』, 74쪽.

74) 프랑클이 언급하고 있는 문화적 틀 또는 문화적 주형은 우리에게 환경적으로 주어진 문화에 입각한 전통적인 상징세계를 통하여 전수된다. 이는 곧 전통적인 상징세계 안에서 우리가 태어나는 것일 뿐, 결코 상징세계는 우리 안에서 생성될 수 없다는 것을 말한다. 빅터 프랑클, 『무의식의 신』, 75쪽.

자료와 관련되므로, 그 외의 곳에서 이러한 본래적인 종교심을 결코 찾을 수는 없다.<sup>75)</sup>

모든 사람 안에는 저마다 무의식 속에 종교적 감각이-억눌려 있다고까지는 할 수 없지만 묻혀 있는 채로라도-실존하고 현존한다.<sup>76)</sup>

프랑클의 실존분석(Existential analysis)은 프로이트의 종교관<sup>77)</sup>을 뛰어넘어 발전해왔으며 근본적인 인간 고유의 종교심의 특성이 표면적으로 드러난 실존을 탐구한다. 실존은 그대로 머물러 있을 수도 있으며 무의식적이거나 억압될 수도 있는 실존이다. 이러한 경우에 의미치료의 역할은 환자가 자신의 무의식적 종교심을 기억할 수 있도록 도움으로써 무의식적 종교심을 표면적으로 의식화할 수 있도록 불러들인다. 결국, 프랑클의 실존분석은 신경증적 존재 방식의 궁극적인 근거까지 추적해내는 것이 실존적 분석의 과업이다. 신경증적 존재는 비록 초월적 무의식(transcendent unconscious) 속에 숨어 있을지라도 억압되어진 초월성은 심리적 불안의 형태로 드러나게 된다. 억압은 신경증으로 끝날 뿐이다.

프랑클은 강박적 신경증은 병든 종교심의 발현이며 이러한 강박적 신경증은 인간이 보유하고 있는 종교적 개념의 혼란으로 종교적 감정의 퇴화에서 비롯되었다고 보고 있다. 이는 곧 내면의 억압이 인간을 악마화를 의미한다. 그러므로 신경증적 실존의 회복은 인간의 초월성과 정상적인 관계를 맺을 때 비로소 가능해진다는 것이다.<sup>78)</sup>

내재적 종교심은 명확하지 않더라도 우리가 생각하는 것보다 훨씬 더 끈기있고 저항력이 있습니다. 그래서 외적이든 내적이든 환경에 맞서서 놀라울 만큼

75) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 75쪽.

76) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 183쪽.

77) 프로이트(Sigmund Freud 1856-1939)는 『환상의 미래』(*The Future of an Illusion*)와 『문명과 그 불만들』(*Civilization and Its Discontents*)에서 종교는 인간에 의하여 조작된 환상이라고 주장하였다. 유대인들의 종교는 압도적인 외부세력에 대항하기 위한 보호막으로서 요구되었다. 그들은 신을 ‘아버지’라고 부르고, 그들을 신의 ‘자녀’로 생각하면서 ‘선민사상’을 확장하였는데, 이러한 일들을 그들이 처한 긴박한 상황을 극복하기 위하여 요구되는 희망 사항이었다는 것이다. 그리하여 프로이트는 종교의식을 죄의식으로부터 탈피하려는 환상적 지향성 또는 유아기적 강박관념이라고 규정하였다. 김진, 『종교란 무엇인가』, 울산대학교출판부, 2008, 44쪽.

78) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 73쪽.

강인하게 저항합니다. [……] 신에 대한 믿음은 무조건적이거나 무조건적이지 않으면 그건 전혀 믿음이 아니거나 둘 중 하나라고 생각합니다. 그 믿음이 무조건적이라면 나치 대학살에서 육백만 명이 죽었다는 사실 앞에서도 버텨낼 것입니다. 그 믿음이 무조건적이지 않다면, 도스토옙스키가 제시한 논증에 따라, 단 한 명의 무죄한 어린이가 죽어야 한다 하더라도 버텨내지 못할 것입니다. 아우슈비츠를 실제로 체험한 사람들 가운데, 이 체험에도 불구하고 종교 생활이 더 깊어진 사람들의 수가 자신의 믿음을 포기한 사람들의 수보다 월등히 많다는 것은 진실입니다. 이별이 사랑에 어떤 영향을 주는지를 묘사한 라 로슈푸코(la Rochefoucault)의 잠언에 비유하여 이렇게 말할 수 있을 것입니다.“폭풍 앞에서 작은 불은 꺼지지만 큰 불은 더욱 거세게 타오른 것처럼, 곤경과 재앙 앞에서 약한 신앙은 약해지지만 강한 신앙은 더욱 굳세어진다”라고요.<sup>79)</sup>

---

79) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 184-185쪽.

## IV. 의미치료의 기본 원리

### 1. 의미에 대한 물음

프랑클의 의미치료<sup>80)</sup>가 던져주는 가장 큰 특징은 “무조건적 의미에 대한 무조건적 믿음(unconditional faith in an unconditional meaning)”<sup>81)</sup>이다. 이는 인간의 삶에 있어서 의미에 대한 절대적 믿음은 인간의 삶과 직결되는 중요한 조건이라는 것을 상징한다. 오늘날의 사회는 산업화와 도시화의 확대에 의하여 자원과 에너지의 수요가 급증하고 있으며 이로 인하여 자원과 에너지의 고갈이라는 위기 상황에 봉착해 있다. 그러나 의미는 결코 고갈될 수 없는 예외성을 갖는다.

프랑클은 인생에 있어서 확고한 생각이나 이상<sup>82)</sup>은 존재에 핵심이 될 만큼 중요하다고 말한다. 그러한 생각과 이상이 없다면 인간은 거대한 삶 앞에 언제 꺼질지 모르는 가냘픈 촛불처럼 휘청거리는 삶을 살아낼 수밖에 없다는 것이다. 프랑클에 따르면, 존재는 계획된 것이며 초월하는 것이다. 존재의 자기 초월은 자명한 것이다. 존재한다는 것만으로도 인간은 그 어떤 것을 지향한다. 더불어 인간으로서 존재한다는 것은 곧 성취해야 할 의미와 실현해야 할 가치 안에서 존재한다는 것을 의미한다. 인간은 주어진 현실과 실현되어야 할 이상으로 이루어진 긴장 속에서 살아간다. 인간은 자기초월적 견지에서 삶을 추구하지 않는다면 진정한 존재라고 일컬을 수 없다는 것이다.

의미의 발견 과정은 일종의 형태 지각의 과정이라고 볼 수 있다. 또한, 의미

---

80) 의미치료는 ‘의미요법’, ‘로고테라피’로 번역하여 사용하고 있다. 로고테라피(logotherapy)란 그리스어인 로고스(logos)와 테라페이아(therapeia)가 합쳐진 말로서 ‘의미치료’를 뜻한다. 의미치료는 삶에서 의미를 찾아내도록 도움으로써 정서적 고통을 치료하는데 주안점을 둔다.(Anna S. Redsand, 『죽음의 수용소에서 삶의 의미를 찾다』, 두레, 2008, 56쪽.) 『무의식의 신』의 번역자 정태연은 로고테라피를 ‘말씀요법’으로 직역하였으며, 안정수(1980)는 「실존분석적 정신치료법으로서의 로고세라피」에서 ‘logos’는 존재의 의미를 가지고 타인을 만나는 것이라고 말한다.

81) Viktor E Frankl, *The Will to meaning. Foundations and Applications of Logotherapy*, New York; Plume, 1978, p. 131.

82) 빅터 프랭클, 『삶의 의미를 찾아서』, 83쪽.

는 전통과 무관하다. 개인의 구체적 상황이 요구하는 것과 개인의 특별한 과제를 전통은 알려주지 못하기 때문이다. 의미는 전승될 수 없으며 의미는 일회적이고 상대적이다. 의미는 어떤 특정한 상황 속에 놓여 있는 어떤 특정한 개인과 관련이 있다.<sup>83)</sup> 의미는 사람마다 다르며, 하루하루가 다르며, 매시간 다르다. 우리의 삶은 유일무이(唯一無二)한 상황의 연속이다. 따라서 삶의 보편적인 의미라는 것은 있을 수 없다. 오직 어떤 개별적인 상황과 그 상황이 지닌 유일한 의미만이 있을 뿐이다. 이는 유일무이한 인간의 삶에서 비롯된다. 유일무이의 삶 속에서는 보편적인 의미는 있을 수 없으며 오직 하나의 개별적인 상황과 개별적인 상황에 담겨 있는 것뿐이다. 그러나 프랑클은 이러한 상황 속에서 공통의 상황들이 있다고 말한다. 즉 인간이 속한 사회와 역사를 가로지르는 사람들에게 의해 공유되는 의미 또한 존재한다는 것이다. 여기서 언급되는 의미는 어떤 특정한 상황이 아니라 인간의 조건과 연관되어 있으며 이러한 의미는 가치에 의해 이해된다. 가치의 소유는 의미를 찾고자 하는 수고를 덜 수 있으나 가치 간의 충돌을 겪을 수도 있다. 이러한 가치 갈등은 심혼성 신경증(noógenic neurosis)<sup>84)</sup>의 주요한 원인이 되기도 한다. 그러나 가치의 충돌이라는 것은 모든 차원을 고려하지 않을 때 발생한다. 여기서 차원이라는 것은 가치의 등급 순위를 말한다. 가치 순위를 정한다는 것은 가치 중에서 어떤 특정한 가치를 더 선호한다는 것이다. 한 가치의 경험은 그보다 우위에 있는 가치 등급을 경험한다는 것이다. 따라서 가치의 충돌이 있을 수 없다. 인간은 경험을 통해서 가치 등급의 순위를 안다. 그럼에도 불구하고 인간은 결단을 피할 수 없다. 어떤 특정한 상황에서 제시된 가치를 우리는 수용할 것인지 거부할 수 있는 선택의 자유는 우리에게 있다. 곧 자신의 양심을 따를 것인가 억누를 것인가를 결정하게 된다.

의미는 해석에 따라 달라지므로 의미는 주관적이다. 개별적이고 특정한 상황 속에서 다양한 해석을 통해 의미를 발견하고 선택한다. 의미는 우리 주위에 있는 것들을 향하여 우리가 투사한 어떤 것을 의미한다. 현실은 우리가 바라는 것이 투사(projection)되어 있다. 그러므로 의미는 곧 자기표현의 수단이

83) 빅터 프랭클, 『태초에 의미가 있었다』, 46쪽.

84) 심혼성 신경증은 여러 개의 가치 갈등에서 나타난다. 즉 도덕적인 갈등, 더 보편적으로는 영적인 면에서 발생한다. 이러한 여러 문제는 실존적 좌절이 큰 몫을 차지한다. 빅터 프랭클, 『인간이란 무엇인가』, 167쪽.

다. 그렇다고 해서 인간의 의미 주관성이 현실 그 자체의 주관성을 훼손하지는 않는다.<sup>85)</sup>

인간의 인식(cognition)은 만화경(kaleidoscopic nature)적인 것이 아니다. 만약 당신이 만화경 안을 들여다본다면 만화경 안에 있는 것만 보게 된다. 반면에 만약 망원경(telescope)으로 본다면 당신은 망원경 밖에 있는 것을 보게 된다. 만약 당신이 세상이나 세상 속에 있는 사물을 본다면 당신은 전망 그 이상의 것을 보게 된다. 우리가 전망을 통해서 보는 것은 그 전망이 아무리 주관적인 것이라고 할지라도 객관적인 세상이다.<sup>86)</sup>

인간은 단순한 투사를 넘어 의미를 향해 자신을 초월한다. 의미는 우리가 발견하는 것이다. 의미는 우리에게 주어지는 것이 아니라 우리가 의미를 찾아야 하는 것이다. 또한, 각각의 질문에는 그에 딱 맞는 하나의 답만 존재한다. 각각의 상황에는 오직 하나의 의미만이 존재한다. 우리는 자신이 받은 질문의 진정한 의미를 찾기 위해 열심히 노력해야 한다. 인생이란 막연한 것이 아니라, 매우 실제적이고 구체적이기 때문이다.

의미치료에서 의미는 개별적인 의미이며 지금-여기(here and now)에 존재하는 의미를 뜻한다. 한 개별적인 인간이 지금 여기에서 이뤄내야 할 과제에 당면해 있다는 것이다. 그러나 개별적인 의미를 뛰어넘는 의미가 존재한다. 프랑클은 이를 가리켜 ‘초의미(supra-meaning)’라고 부른다. 초의미는 더 이상 전체의 의미를 파악할 수 없으며 파악할 수 있는 선을 넘어섬으로써 초월적이다. 초의미는 초감각적인 것과는 전혀 관련이 없으며 초의미는 우리의 순수하고 합리적인 이해 능력을 초월한다. 이 의미는 과학적으로 이해될 수 없는 성질의 것이다. 즉 초의미는 생각의 문제가 아니라 믿음의 문제인 것이다. 이러한 믿음은 실존적 영역에서 이해될 수 있으며 우리의 존재를 넘어섰을 때 포착되는 것이다.

프랑클은 초의미와 같은 세계의 목적이나 목표는 우리가 다룰 수 없으며 신앙의 몫으로 남겨놓는다. 인간은 단지 부분적인 사건의 의미만을 물을 수 있을 뿐이다. 최근의 생물환경학 분야에서는 모든 생물이 종 특유의 환경에 갇

---

85) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 77쪽.

86) 빅터 프랑클, 『삶의 의미를 찾아서』, 98쪽.



혀, 그 환경 밖으로 나올 수 없다는 것을 보여주고 있다. 그럼에도 불구하고 우리는 인간에게만은 예외적인 지위를 부여하고 있다. 세계를 향해 열린 존재로서, 환경을 뛰어넘는 존재로서 인간이라 할지라도 세계 너머의 초세계에 대한 존재를 파악하는 것은 현재로서는 불가능하다. 프랑클의 비유처럼 동물이 자신의 환경으로부터 인간의 세계를 이해할 수 없는 것처럼 인간 역시 초세계를 파악할 수 없다는 것이다. 동물과 마찬가지로 인간은 자신의 삶에 어떤 최종 목적이 있는지 알지 못한다. 또한, 세계가 어떤 초의미를 가졌는지 인간은 알지 못한다. 그러나 이러한 종속에도 인간의 자유는 유효하다.

## 2. 의미치료의 원리

### 2.1. 의미를 향한 의지

의미를 향한 의지는 삶에 있어서 원동력이라고 할 수 있다.<sup>87)</sup> 인간을 항상 의미를 추구한다. 자기 삶의 의미 탐구에 집중한다. 프랑클은 의미를 향한 의지(will to meaning)는 인간의 제1의 관심사이다. 의미를 향한 의지는 인간의 고차원적 열망이다. 인간이 자신의 잠재력의 최고점에 도달하기 위해서는 먼저 인간의 실존과 현존을 확실히 할 수 있어야만 한다. 그렇지 않으면 인간은 쉽게 표류하게 된다. 인간의 잠재력은 최고점만 있는 것이 아니라 최하점도 있기 때문이다.<sup>88)</sup>

항공분야에는 ‘크래빙(crabbing)’이라는 동작이 있다. 가령 북쪽에서 맞바람이 불고 있는데, 항공기가 가야 할 곳은 동쪽이라고 하자. 이런 상황에 동쪽으로 향해하면 동남쪽으로 표류하면서 제 목적지를 놓치고 만다. 목적지로 제대로 가려면 이런 표류 때문에 ‘크래빙’을 해야 한다. 원래 지향해야 할 방향보다 약간 북쪽으로 날아가야 한다. 인간에게도 마찬가지다. 인간은 더 높은 열망을 품고 더 높은 곳을 바라보지 않으면, 그가 도달할 수 있는 지점보다 낮은 곳에

87) 빅터 프랭클, 『인간이란 무엇인가』, 162쪽.

88) 빅터 프랭클, 『의미를 향한 소리 없는 절규』, 43-44쪽.

끝난다.<sup>89)</sup>

오늘날 통용되는 대부분의 동기 이론은 근본적으로 인간은 필요를 충족시키고 충동과 본능을 만족시키는 데 관심을 기울이는 존재로 본다. 인간은 결국 항상성(homeostasis)이라 불리는 내적 평형을 유지하고 회복할 목적으로 충동과 본능으로 일어난 내적 긴장감을 완화하는 일에만 관심을 기울이는 존재라는 것이다. 이에 반해 프랑클은 인간을 봉사할 근거라든가 사랑할 대상과 같이 세상에 존재하는 자기 밖의 어떤 것 또는 어떤 사람에게 더 관심을 기울이는 존재이며 진정으로 인간을 사랑한다면 결코 자신의 욕망을 충족시키는 일종의 도구로 이용하지 않는다. 그러므로 인간의 실존은 언제나 자기 자신을 지향하기보다는 완성해야 할 의미로서의 어떤 것 또는 사랑과 연결된 어떤 대상을 지향한다. 이러한 인간 실존의 구조적 특징을 자아초월(self-transcendence)이라고 부른다. 본질적으로 인간은 자아 초월적이다. 자아실현(self-actualization)은 자아초월의 부수적 결과물로서 나타난다.<sup>90)</sup> 인간은 자신의 가능성을 실현함으로써 진정한 실존이 된다. 자아실현은 의미를 완성하기 위해 책임 있는 존재가 됨으로써 완성된다. 인간은 근본적으로 의미를 추구한다. 인간은 어떤 대의 명분이나 타인에게 자신을 내주고 자신을 잊어버릴수록 더욱더 인간적인 존재가 된다. 또한, 자기 자신이 아닌 다른 것이나 다른 사람 안에 흡수되고 심취해 들어갈수록 참으로 더욱더 그 자신이 되어간다.

역에 도착한 날 새벽부터 수용소의 첫 밤을 맞을 때까지 우리들은 아주 길고 긴 심리적 단계를 거쳤다. 탄알이 장전된 총을 가진 나치 대원들의 호위를 받으며 우리는 역에서부터 고압 전류가 흐르고 있는 철조망을 지나 수용소를 가로질러 정화소까지 뛰어갔다. 첫 번째 선별의 관문을 무사히 통과한 우리에게 정말로 목욕을 할 기회가 주어졌다. 집행유예에 대한 우리의 환상<sup>91)</sup>이 확인되는 순간이었다. 나치 대원들도 모두 호의적으로 보였다. 하지만 우리는 곧 그

89) 빅터 프랭클, 『의미를 향한 소리 없는 절규』, 44쪽.

90) 빅터 프랭클, 『인간이란 무엇인가』, 180쪽.

91) 정신의학에서는 집행유예 망상(delusion of reprieve)은 정신의학에서 주로 사용하는 용어로서, 사형선고를 받은 죄수가 처형 직전에 ‘집행유예를 받을지도 모른다.’는 망상을 가리킨다. 실오라기 같은 희망에 의존하여 마지막 순간이 그렇게 나쁘지는 않을 것이라는 믿음에서 비롯된다. 빅터 프랭클, 『죽음의 수용소에서』, 36쪽.

이유를 알게 되었다. 우리의 손목시계를 보고 그것을 달라고 좋은 말로 설득하는 동안만 친절했다. 그래도 나는 이렇게 생각했다. ‘어차피 가진 것을 모두 내놓아야 하잖아. 저렇게 좋은 사람들이 시계를 못 가질 이유가 없지. 언젠가는 이것은 보상이 되어 돌아올 거야.’<sup>92)</sup>

프랑클은 살아있는 인간 실험실이자 시험장이었던 강제수용소에서 어떤 사람들은 성자처럼 행동할 때, 또 다른 사람들은 동물처럼 행동하는 모습을 체험하며 인간은 단순히 여러 개의 사물 중에 또 다른 사물이 아니라고 말한다. 사물이란 서로를 규정하는 관계에 있지만, 인간은 서로가 아닌 자기 자신을 규정하는 존재이기 때문이다. 자신의 타고난 기질과 환경이라는 제한된 조건 안에서 인간은 어떤 사람이 될 것인가를 결정하는 존재이며 그 결정은 철저히 인간의 판단에 달려 있다. 여러 개의 사물 속에 섞여 있는 또 다른 사물이 아니다. 사물들은 각자가 서로를 규정하는 관계에 있지만, 인간은 궁극적으로 자기 자신을 규정한다. 타고난 기질과 환경이라는 제한된 조건 안에서 인간이 어떤 사람이 될 것인가 하는 것은 전적으로 그의 판단에 달려 있다. 성자의 행동이나 돼지와 같은 행동 중에서 어떤 것을 취할 것인가에 대한 문제는 전적으로 인간의 의지에 달려 있다고 보았다.

비참한 상황을 뛰어넘어 그 상황에서 어떤 의미를 끌어내고, 그와 동시에 얼핏 보기에는 의미 없는 고통을 진정으로 인간적인 업적으로 바꿀 수 있는지의 가능성을 찾아내며 근본적으로 프랑클은 아무 의미는 없는 상황이란 존재하지 않는다고 확신한다. 본질적으로 의미치료를 이런 확신으로부터 논의하고 체계화된 이론이라고 할 수 있다.

미래에 대한 구체적인 과제를 설정하고 거기에 매달리는 사람들에게 가장 확실한 삶의 기회는 주어진다. 그것을 ‘생존가(survival value)’<sup>93)</sup>라고 부른다. 프랑클은 이러한 개념을 의미를 향한 의지로 발전시켰다. 의미를 지향하는 사람, 의미를 의무로 여기는 사람, 의미에 대한 책임감을 느끼는 사람은 극한 상황에서 무수한 삶의 기회를 가질 수 있다.<sup>94)</sup> 반대로 의미를 향한 의지가 억압되었거나 좌절되었을 경우, 삶의 목적이 사라지고 삶의 도전하고자 하는 마음

92) 빅터 프랭클, 『죽음의 수용소에서』, 41쪽.

93) 빅터 프랭클, 『태초에 의미가 있었다』, 43쪽.

94) 빅터 프랭클, 『태초에 의미가 있었다』, 43쪽.

도 사라진다. 점차 모든 것에 의미를 잃고 절망에 빠질 수 있다.

오늘날의 현대 사회는 의미를 향한 의지의 좌절이 확산되고 있다. 고도화된 산업 사회는 모든 개인의 개별적인 요구들을 충족시키며 성장해왔으며 이러한 소비 사회는 개별화된 요구들을 만족시키기 위해 새로운 요구를 개발해내기에 이른다. 그러나 개개인에게 진정으로 요구되는 것은 의미를 향한 요구이다. 그 어떤 요구보다 중요한 위치를 차지한다. 의미를 찾으려는 의지가 억압되었을 때 우리는 인생의 목적을 잃게 되며 우리에게 도전과 의무는 있을 수 없게 된다. 삶은 무가치해진다. 그러나 의미를 찾으려는 의지가 충족된다면, 인간은 자신에게 닥친 시련을 견디며 좌절과 긴장 상태를 극복할 수 있게 된다. 필요에 따라서는 자신의 목숨을 기꺼이 내던지는 의인이 되기도 한다. 의미를 찾고자 하는 의지의 좌절은 삶의 무가치함 속에서 죽음을 감행하기도 한다. 이처럼 의미를 찾으려는 의지는 인간의 삶과 죽음 사이를 잇는 가교적 역할이라는 중책을 맡고 있다고 할 것이다.

## 2.2. 의지의 자유

인간에게는 본능과 더불어 의지의 자유가 있다. 이러한 점이 인간과 동물의 분류 된다. 동물은 본능을 가진 것이 아니라 본능 그 자체다. 그러나 인간은 본능을 따르기에 앞서, 매 순간 본능과 자신을 동일시하는 과정을 별도로 거쳐야 한다. 동물은 본능과 동일시하며 인간은 자유가 동일시된다는 것으로 설명할 수 있다. 인간은 자유 그 자체이다. 인간의 자유는 소유하거나 잃을 수 있는 것이 아니다. 그러나 인간은 스스로 자유를 포기할 수는 있다. 포기하는 그 자체 역시 인간의 자유의지에 따른 결단이다.

인간의 자유는 어떻게 되는가? 어떤 주어진 환경에 대한 행동이나 반응과 관련해서는 정신적 자유가 존재하지 않는 것일까? 인간은 수많은 조건적·환경적 요인의 산물에 지나지 않는다고 믿게 했을 이론들은 진실한 것일까? 인간은 이러한 우연적 소산에 지나지 않는가? 강제수용소의 독자적인 세계에 대한 억류자의 반응이, 인간이 그의 환경의 영향에서 벗어날 수 없는 것을 입증하고 있는가? 사람은 이런 환경 앞에서 행동의 선택권이 없는가? 수용소 생활의 경험

이 인간에게는 행동의 선택권이 있다는 것을 가르쳐 주고 있다. 무감각을 극복하고 초조감을 억누를 수 있다는 것을 입증해 주는 영웅적인 성격의 사례가 충분히 있었다. 인간은 정신적으로나 신체적으로 스트레스를 받는 이런 끔찍한 환경 속에서도 정신적 자유의 흔적, 마음 독립의 흔적을 유지할 수 있다. 강제 수용소에 살았던 우리는 다른 사람들을 위로하거나 마지막 남은 빵 조각을 주면서 막사를 지나가던 사람들을 기억할 수 있다. 그들은 소수였을지 모르지만, 인간으로부터 모든 것을 다 빼앗아 갈 수 있지만 단 한 가지, 어떤 주어진 상황에서 자신의 태도를 선택할 수 있는, 자신의 길을 선택할 수 있는 인간의 마지막 자유는 빼앗아 갈 수는 없다는 것을 충분히 입증해 주고 있다. 그리고 언제나 결단을 내려야 할 선택지가 있었다.<sup>95)</sup>

그러나 인간의 자유는 제한적이다. 인간은 태어나면서도부터 생물학적·심리학적·사회학적 상황에 얽매어 있기 때문이다. 이러한 제한된 환경과 상황 속에서도 그것과 맞서는 자유는 언제나 남아 있다. 제한적 상황에 대한 자신의 태도를 선택할 자유가 있다.<sup>96)</sup> 따라서 인간의 자유는 조건으로부터의 자유가 아니다. 그것은 어떤 것으로부터의 벗어나기 위한 자유가 아니라 어떤 것을 향하는 자유이다. 모든 조건으로부터 어떤 태도를 선택하고 취할 수 있는 자유를 말한다. 인간에게 운명 없는 자유는 불가능하며 인간의 자유는 운명 앞에서의 자유일 뿐이다. 운명에 대해 자유로운 태도를 취하는 것이다.<sup>97)</sup> 인간의 운명적 상황 속에서도 의지의 자유는 운명마저 뛰어넘는다. 운명적 차원을 뛰어넘어 날아오른 인간은 비로소 진정한 인간, 진정한 실존으로 드러난다.

프랑클은 인간이 자유롭다는 것은 지금-여기(here & now)에서 실천적 행위를 통해서 확인할 수 있다고 보았다. 삶이 자신에게 걸어오는 질문에 어떤 방식의 해답을 내릴 것인가는 전적으로 인간의 자유의지에 달려 있다. 자유는 근거 없는 방종의 자유와 거리가 멀다. 인간의 자유는 책임을 바탕으로 한다. 인간은 자기 스스로 반성할 뿐만 아니라 자신의 심판자이다.<sup>98)</sup> 인간은 개인 놓인 상황에서 올바른 해답을 내리는 동시에 진정한 의미를 찾아야 할 책임이 있다. 이처럼 의미는 제멋대로 주어지는 것이 아니라 이성적인 판단력을 가지

95) 빅터 프랑클, 『밤과 안개』, 101-102쪽.

96) 빅터 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 12-13쪽.

97) 빅터 프랑클, 『영혼을 치유하는 의사』, 146쪽.

98) 빅터 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 13쪽.

고 책임 있게 찾아야 한다. 자유가 책임을 바탕으로 이루어지지 않는다면 독단으로 빠질 위험성이 있다. 자유는 우리가 원하는 것을 하는 것이 아니다. 자유는 우리에게 요구된 것을 원한다.

우리가 직접 두 눈으로 겪은 것은 인간의 결정이 가진 힘이었습니다. 전제 포로든 강제수용소의 수감자든 모든 것을 빼앗기더라도 단 하나만은 빼앗기지 않습니다. 바로 주어진 환경에서 스스로 어떤 자세를 취할 것이냐를 선택할 자유이지요. 사람마다 결정은 다양했습니다. 오늘 날 쉽게 떠들어대는 것처럼 모든 사람들이 그곳에서 굶주림 때문에 짐승이 되어버리지는 않았습니다. 수용소의 막사에서든 훈련장에서든 자신이 기운이 없어 휘청거리면서도 동료들에게 힘이 되는 말을 해주거나 마지막 남은 빵 조각을 건네주는 이들은 언제나 있었습니다. 살아남은 전쟁 포로들이라면 누구나 그와 같은 사람들을 알고 있을 겁니다. 따라서 포로나 수용소라는 환경 조건이 인간들의 행동 방식에 일률적이고 필연적인 영향을 미친다는 것은 말이 되지 않습니다. 이런 상황에서 사람의 행동은 마음을 의지할 데가 있느냐의 여부에 좌우되곤 합니다. [……] 포로들을 살아남게 해준 요소 중에는 그 사람이 긍정적인 삶의 자세와 세계관을 가졌느냐 하는 것도 포함되어 있습니다. [……] 인간에게 저항할 힘이 있으면 적어도 운명의 틀 안에서는 자유롭게 행동할 여지가 있습니다.<sup>99)</sup>

인간은 타고난 본성과 주변 환경으로부터 영향을 받는다. 이러한 틀 속에서 인간은 자유롭게 행동할 여지가 있다. 인간을 단순히 유전과 환경에 지배 받는 존재로 본다면 우리는 자칫宿命론에 빠질 수 있다.宿命론은 인간이 정신적이고 자유로운 존재인 동시에 책임을 지는 존재라는 것을 제외시켰을 때 가능하다. 인간에게 의지의 자유가 없다면 더 이상 책임도 없다. 인간은 환경에 지배로부터 떨쳐낼 정신의 저항력을 가지고 있다. 우리는 자신의 정신의 저항력에 호소해야만 한다. 즉 인간은 환경에 대처할 수 있는 저항력을 갖고 있다. 인간은 저항력과 자유를 가진 존재이다.<sup>100)</sup>

---

99) 빅터 프랭클, 『심리의 발견』, 197-198쪽.

100) 빅터 프랭클, 『심리의 발견』, 194쪽.

### 2.3. 삶의 의미

삶의 의미(meaning of life)에 관한 질문은 가장 인간적인 질문이다. 동물들은 자신의 실존 의미를 묻거나 자신의 존재에 대해 의문을 가지지 않는다. 오직 인간만이 자신의 실존에 관하여 의문을 가진다. 그러므로 삶의 의미를 묻는 것 자체는 결코 병적인 것이 아니다. 우울한 시기에는 오히려 삶의 의미에 대하여 고민하지 않는다. 우울한 시기에는 자신의 우울감에 빠져 삶의 의미를 돌아볼 여력조차 없다. 삶의 의미는 묻는 것이 아니라, 물음이란 오히려 삶으로부터 오는 것이다. 삶의 의미를 묻는 시기는 오히려 우울하지 않은 건강한 시기에 찾아온다. 그러나 삶의 의미에 대한 고민으로 인하여 누제닉 신경증(noögenic neuroses)<sup>101)</sup>이 발생할 수 있다. 우리에게 질문하는 것은 바로 삶인 것이다. 즉 인간은 삶으로부터 질문을 받는 자이며 삶으로부터 순간순간 던져지는 질문에 답하는 자이다. 산다는 것은 바로 질문을 받는 것이다. 삶에 책임지고 답변하는 것을 말한다.<sup>102)</sup>

“왜 살아야 하는지 아는 사람은 그 어떤 상황도 견딜 수 있다(He who has a why to live for can bear with almost any how).”<sup>103)</sup>는 니체(Nietzsche)의 주장을 인용하여 삶에 있어서 의미 설정이 얼마나 중요한가를 다시 한 번 강조한다. 삶의 이유를 발견한 사람은 그 어떤 극한의 상황 속에서도 그 어떤 고통도 이겨낼 수 있다. 따라서 삶의 의미에 대해 질문하기를 중단하고 대신에 우리는 삶이 물어오는 질문에 귀 기울여야 한다. 의미발견을 위해 매일, 매시간 생각해야 할 필요가 있다. 그 해답은 올바른 행동과 올바른 태도에서 찾을 수 있다. 대답은 말이 아닌 행동으로 해야 한다. 의미는 행동을 통해 주어지는 것이기 때문이다. 또한, 대답은 구체적인 상황과 사람이 지닌 구체성에 부응하는 것이어야 한다. 올바른 답변은 구체적 일상의 답변이어야 하며 행동하는 답변이어야 한다. 삶이란 매 순간 삶이 주는 질문에 대해 올바른 해답을 찾고, 각 개인 앞에 놓인 과

101) 삶의 회의를 느끼거나 삶의 의미를 찾지 못해 치료자를 찾아가는 현상을 ‘실존적 좌절’이라고 부른다. 그 자체는 전혀 병리적인 현상이 아니지만 이러한 삶의 의미를 발견하지 못할 때, 신경증을 진행될 수 있으며 프랑클은 이를 누제닉 신경증(noögenic neuroses)이라고 부른다. 그리스어 noö는 그리스어로서 ‘영(spirit)’ 혹은 ‘마음(mind)’을 가리킨다. 누제닉 신경증은 인간의 영적 차원에서 기원하며 가치 충돌, 양심의 갈등, 최선의 가치에 대한 보답 받지 못한 인생의 궁극적 의미에 의해 발생된다. Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 53-71쪽.

102) 빅터 프랑클, 『삶의 물음에 ‘예’라고 대답하라』, 35-37쪽.

103) 이정현, 「프랑클의 실존분석과 로고테라피, 그 이론적 기초」, 『철학연구』, 87, 2009, 12, 65쪽.

업을 수행하기 위한 책임을 부여하는 것을 의미한다.

레오 톨스토이의 소설 ‘이반일리치의 죽음’은 이삼 일만에 죽게 될 것이라는 사실을 갑자기 알게 된 예순 살가량의 남자 이야기다. 그런데 이 남자는 자신이 얻은 통찰력으로 자신의 절박한 상황뿐 아니라, 자신이 이제껏 삶을 낭비해 왔고 그래서 자신의 삶이 사실상 의미가 없었다는 것도 깨닫게 된다. 이 통찰로 그는 박차고 일어나 자기 자신을 뛰어넘는 성숙의 거보를 내딛는다. 그리고는 마침내 그는 자신의 삶을-이전까지의 삶도 소급해서-무한한 의미로 채울 수 있게 된다.<sup>104)</sup>

삶의 의미는 개인마다 다르고 매 순간 다르다는 것을 기억해야 한다. 포괄적으로 대답할 수 있는 삶의 의미에 대한 물음은 유의미하다. 우리의 삶이란 막연하기보다는 매우 현실적이고 구체적이기 때문이다. 그러므로 삶이 우리에게 던져준 과업 또한 매우 현실적이고 구체적이며 이를 통해 각 개인의 운명이 결정된다. 어떤 사람과 다른 어떤 운명과도 비교할 수 없는 것이다. 다시 말하면 개개인에게 주어지는 상황이 동일하게 되풀이될 수 없으며 각각의 상황마다 각 개인은 각기 다른 반응을 보이게 된다. 개인에게 처한 상황이 때로는 자신의 운명을 개척하기 위한 어떤 행동을 요구할 수 있다. 반면에 한 어떤 상황에서는 자신에게 행동보다 생각할 시간을 요구할 수 있다. 또한, 주어진 상황을 운명으로 받아들이며 나아가야 할 수도 있다. 이처럼 개개인에게 주어지는 각각의 상황은 나름의 독자성을 갖고 있다. 더불어 기억해야 할 것은 어떤 상황에서 요구되는 문제의 해결책, 즉 삶의 의미는 ‘언제나 가까운 곳’에 ‘단 하나만’ 존재한다는 것이다.

만약 우리가 우리 자신이 겪고 있는 시련이 운명이라는 것을 깨닫게 되었다면, 그 시련을 자신에게 주어진 유일한 과제임을 받아들여야 한다. 또한, 시련을 겪는 중에도 자신이 이 세상에서 유일한 단 한 사람이라는 사실에 감사해야 한다. 누구도 우리를 시련으로부터 구해낼 수 없으며 우리를 대신하여 고통을 짊어질 수도 없다는 것을 우리는 받아들여야 한다. 자신에게 주어진 시련을 구해줄 사람도 고통을 대신 짊어질 사람도 없다는 것이 절망으로 다가올 수도 있을 것이다. 그러나 우리가 우리 자신의 시련을 짊어지는 방식을 결정하는 것이 각 개인에게만 단독으로 주어진 독자적인 기회라는 것을 놓치지 말

---

104) 빅터 프랭클, 『무의식의 신』, 152쪽.



아야 할 것이다.

시련이 우리에게 무엇을 의미하는지가 명백하게 밝혀지면서 우리는 수용소 안에서 자행되는 폭력을 무시하거나 거짓 상상을 하거나 억지로 만들어낸 낙관적인 생각을 즐기는 것으로, 그것이 주는 고통을 감소시키려고 시도하지 않게 되었다. 우리는 시련으로부터 등을 돌리기를 절대 원하지 않았다. 시련 속에 무엇인가 성취할 기회가 숨어 있다는 것을 깨달았다.<sup>105)</sup>

인간의 삶에서 맞이하게 각각의 상황은 한 인간에게 있어서 도전이다. 인간은 자신에게 삶의 의미는 물어서는 안 된다. 삶의 의미에 대한 질문을 던지고 있는 사람이 바로 자기 자신이라는 것을 깨달아야 한다. 인간은 삶으로부터 질문을 받고 있으며, 그 자신의 삶에 대해서 책임 있게 질문에 대답할 수 있어야 한다. 책임감을 느끼는 데에서만 삶에 진정으로 응답할 수 있게 된다. 따라서 책임감은 인간 존재에 있어서 중요한 본질이라 할 것이다.

### 3. 의미의 발견: 가치론적 삼분법

#### 3.1. 창조적 가치

프랑클은 인간의 삶의 의미를 발견하는 방법으로서 세 가지 가치를 제시하고 있다. 삶의 의미는 창조적 가치(creative value), 경험적 가치(experiential value), 태도적 가치(attitudinal values)를 기반 위에서 발견되고 유지된다.<sup>106)</sup> 인간은 “마음의 지혜(sapientia cordis)”<sup>107)</sup>를 통하여 인간의 창조적 가치와 체험적

105) 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소에서』, 140쪽.

106) 프랑클은 막스 셸러(M. Scheler)의 철학적 인간학에서 다루는 가치개념과 인격개념을 수용한다. 즉 셸러는 인격 가치, 사실 가치, 상황 가치로 구별하여 인격 가치를 최고의 가치로, 최하위 가치를 상황 가치로 서열화한다. 프랑클은 그것을 삶의 의미추구와 연관하여 셸러의 인격 가치를 태도적 가치와 동일시하고 사실 가치는 창조적 가치와 상황 가치는 경험적 가치와 동일한 개념으로 재탄생시킨다. 주혜연, 『칼 야스퍼스의 실존적 정신병리학과 철학상담 - 필로테라피(PLT)를 통한 실존적 자기되기』, 106쪽.

107) 빅터 프랑클, 『무의식의 신』, 148쪽.

가치, 태도적 가치를 인식할 수 있으며 인간은 세 가지 가치 중에서도 태도적 가치가 가장 높은 위치를 차지한다는 사실조차 알고 있다. 인간은 가치들의 위계질서를 생득적으로 인식하고 있다는 것이다. 삶의 의미는 인간의 교육수준, 지능지수, 나이 등의 내·외적 조건과 무관하다. 삶은 곧 무조건적 의미를 지닌다. 열악하고 불우한 환경이 인간으로 하여금 좌절을 겪게 하는 것 같지만 그러한 환경은 실존적 인간을 결코 좌절시키지 못한다. 좌절은 환경이 아닌 한 개인이 지닌 가치 체계에 달려 있다. 자신의 삶에 대한 고귀한 목적과 의미가 있는 사람일수록 마주한 운명이나 죽음을 두려워하지 않는다.

프랑클은 교사나 설교사에 의해서가 아닌 평범한 보통의 일반 사람들에게 진정한 인간이 된다는 것이 어떤 것인지를 배워야 한다고 말한다. 우리 안에 내재된 마음의 지혜로부터 인간 존재가 된다는 것은 주어진 상황에 끊임없이 대처해 나가는 존재가 된다는 것이다. 각 개인에게 주어진 상황은 의미를 실현하고자 하는 도전과 기회다. 개인의 상황마다 주어졌는 기회에 귀 기울이며 응답해야만 한다. 이것은 인간의 소명이다.

인생에 있어서 어떤 상황에서도 실현해야 할 의미는 존재한다. 의미는 발견되고 실현되기를 기다린다. 모든 의미는 실현되기를 소망한다. 실현을 거부하는 의미는 있을 수 없으며 단지, 발견되지 못한 의미만이 있을 뿐이다. 따라서 삶에 대해 올바른 자세는 무엇보다 의미를 찾고자하는 진심어린 태도일 것이다. 이러한 태도는 한 개인을 실존적 인간으로 성장시킨다. 야스퍼스의 주장처럼 “인간 존재는 인간 되어감이다(Menschsein ist Mensch-werden).” 우리는 “자연은 아무 소용없거나 귀하지 않은 것을 절대 만들지 않는다(Nature never makes things for mean or no uses.)”<sup>108)</sup> 사실을 다시금 되새겨보아야 할 것이다.

인간에게 절대적으로 사라지지 않는 것이 삶의 의미이다. 삶의 의미는 실존적 행위를 통해서만 발견될 수 있으며 개인의 가치판단에 따라서 전개된다.<sup>109)</sup> 프랑클에 따르면 인간은 세 가지의 방식에서 삶의 의미를 찾을 수 있다고 보았다. 그 첫 번째가 창조적 가치이다. 창조적 가치는 어떤 것을 창조하거나 어떤 일을 함으로써 인간 삶의 의미를 진정으로 발견할 수 있게 된다. 창조적 가치(creative value)는 창조적이고 생산적인 활동, 보통 직업 활동을 통

108) 브라이언 매기, 『사건과 그림으로 보는 철학의 역사』, 102쪽.

109) 주혜연, 「칼 야스퍼스의 실존적 정신병리학과 철학상담-필로테라피(PLT)를 통한 실존적 자기되기」, 106쪽.

해서 발견된다. 특정한 직업만이 성취의 가능성을 제공하는 것은 아니다. 또한, 직업 그 자체만으로 의미가 있는 것은 아니다.

한 환자가 프랭클에게 다음과 같이 물었다. “선생님, 선생님은 정신과 의사시니까 선생님의 직업에서 의미를 찾기가 쉬울 거예요. 그렇지만 목수인 나의 직업에선 무슨 의미를 찾을 수 있죠?” 프랭클의 대답은 다음과 같았다. 즉, 자기 능력의 한도 내에서 임무를 완수하는 목수는 자기 직업에 최선을 다하여 의사만큼 많은 의미를 발견할 수 있고, 또한 공무원의 노력은 예술가의 노력만큼 의미심장한 것이 될 수 있다. 문제는 일의 종류가 아니고 동기이다. 예술가의 주요 목표가 자기 재능에도 미치지 못하는 그 직업으로 파는 판촉 대리인보다 더 큰 의미를 찾지 못할 것이다. “중요한 것은 당신 행동의 반경이 얼마나 크냐가 아니라 당신이 얼마나 그 범주 내에서 충실한가에 있다”라고 프랭클은 목수에게 이야기했다.<sup>110)</sup>

어떤 직업이 한 개인에게 성취감을 주지 못할 경우, 그 책임은 직업이 아닌 사람에게 있다. 직업 자체로서는 인간을 유일하고 대체 불가능한 사람으로 만들어주지는 못한다. 다만 대체 불가능한 사람이 될 기회만을 제공해줄 뿐이다. 대체불가능성과 일회성, 유일성은 각자에게 매여 있으며 무엇을 하느냐에 달려있는 것이 아니라, 누가, 어떻게 하느냐가 무엇보다 중요하다. 사랑하고 사랑받는 자로 대체 불가능한 사람이 될 수 있으며, 배우자이며 자녀의 어머니로서, 모든 삶과 관계하는 가운데 인간은 각각 대체 불가능한 사람이 될 수 있다는 것이다. 다시 말하자면, 직업을 통한 삶의 의미는 직업 자체에 있는 것이 아니라 전적으로 우리 자신에게 달려 있다는 것이다.

창조적 가치는 생활 영역 전반에서 발견될 수 있지만 대체로 어떤 작업과 관계가 있다. 자기를 표현하는 실제적 작품이나 상상을 고안해 냄으로써, 혹은 다른 이에게 봉사함으로써 삶에 의미를 주는 것이다.<sup>111)</sup> 그러나 삶에 대한 목표나 계획 없이 나아가고 있는 현대인들에게는 창조적 가치를 경험하기란 쉽지 않은 일이다. 창조적 가치는 삶에 대한 목표나 계획을 기반으로 발생하기 때문이다. 그러나 우리의 창조적 활동이 실존적 공허로부터 도망치기 위한 것이 되어서는 안 된다.

110) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 87-89쪽.

111) 듀에인 슬츠, 『성장심리학』, 이화여자대학교 출판부, 1987, 182쪽.

프랭클은 수용소에서 포로로 수감되면서 자신의 소중한 원고를 빼앗기게 되었다. 그러나 그는 버려진 폐지 조각을 주워 그 위에 속기용 기호로 원고를 복원해 나갔다. 자신의 원고에 대한 애착은 극한 상황 속에서도 살아남고자하는 의욕을 불러 일으켰다. 소중한 원고를 지키려는 의지, 바로 이것이 ‘창조적 가치’를 실현하는 바탕이 되며 삶을 살아가는 원동력이 되었다고 볼 수 있을 것이다. 즉 삶에 대한 목표는 창조적 가치의 근간이 되며 목표를 이루기 위한 모든 행함(doing)은 창조적 가치에 해당된다고 할 수 있다. 창조적 가치를 통해 우리는 삶의 의미를 발견한다.

### 3.2. 경험적 가치

삶의 의미를 발견하게 되는 두 번째 영역은 체험적 가치(experiential value)이다. 체험적 가치는 어떤 것, 특히 선이나 진리, 아름다움 등을 체험하거나 자연과 문화체험, 또한 유일한 존재로서 누군가를 사랑하는 것을 말한다. 그것은 사람과의 만남을 통해 세상을 경험함으로써 발견하게 되는 삶의 의미<sup>112)</sup>를 말한다. 체험적 가치는 자연, 인간, 예술, 사랑, 봉사 등 세상의 모든 체험 속에서 삶의 의미를 발견할 수 있다. 즉 지성(眞), 선함(善), 아름다움(美), 성스러움(聖)의 체험이나 사람들과의 소통 속에서 어떤 것에 대한 감동과 공감, 참(truth)을 깨달아감으로써 체험하는 가치이다. 특히 사랑<sup>113)</sup>은 타인들의 인간성 가장 깊숙한 곳에 이르기까지 파악할 수 있는 유일한 방법이며 체험적 가치 가운데 가장 위대하다. 사랑의 경험은 그 사람의 본질을 온전히 파악할 수 있도록 한다. 사랑을 통하여 그 사람의 진정성 앞에 한 걸음 나아갈 수 있게 되며 이로써 그 사람의 본질적인 특성이나 개성을 알아볼 수 있게 되며 나아가 그 사람의 숨겨진 능력을 발견할 뿐만 아니라 나아가 무엇을 실현할 것인가에

112) 이진오, 「빈스방거, 보스, 프랑클의 정신의학과 현존재분석」, 『철학 실천과 상담』, 1, 2010, 243쪽.

113) 매서운 겨울날, 작업장에서 벌을 받게 된 포로들은 큰 돌맹이와 커다란 웅덩이에 빠지면서 어두운 길을 따라 수용소까지 걸어오게 된다. 호송하는 감시병의 계속되는 고향소리와 끊임없는 죽음의 위협 속에서도, 차디찬 빙판길을 넘어지기를 반복하고 서로를 수없이 부축하면서도 그들은 오로지 자신들의 아내가 지금 겪고 있는 혹독하고 위협적인 상황을 모르기만을 바란다. 그 역시 온통 아내에 대한 걱정과 그리움뿐이었다. 그 순간 그는 ‘인간에 대한 구원은 사랑을 통해서, 그리고 사랑 안에서 실현된다는 것을 깨닫게 된다. 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소에서』, 75-78쪽.

대해서도 선명하게 볼 수 있게 된다. 더불어 자신이 사랑하는 사람의 잠재력이 발휘될 수 있도록 기꺼이 돕는다. 사랑하는 사람이 스스로 자신이 진정할 수 있는 일이 무엇인지, 자신이 나아갈 방향을 깨달을 수 있도록 함으로써 그의 잠재능력을 실현할 수 있도록 이끈다. 의미치료에서는 승화적인 관점에서 사랑을 해석한다. 이것은 사랑을 단순히 성적 충동이나 본능이라는 단순한 현상으로 해석하는 앓는다는 것을 의미한다.

매슬로우(Maslow)의 절정체험(peak experience)도 체험적 가치에 속한다. 절정 체험은 아가페적 사랑, 종교적 사랑, 시공간의 초월적 신비, 자연에 대한 외경과 숭배, 예술적 체험 등이 속한다. 절정 체험은 한 순간이 우리의 전체 인생을 소급하여 의미로 넘쳐나도록 만들 수 있다.<sup>114)</sup> 특히 치료적 상황에서 이루어지는 통찰의 순간에 더욱 명백해진다. 치료를 받는 사람은 통찰에 대항하여 자신을 방어하기 때문에, 이러한 통찰을 통한 수용에는 고통이 따른다. 통찰이 의식의 세계로 들어올 경우, 때로 그 사람은 무너진다. 그러나 이러한 사실과 무관하게도 사람들에게 절정 체험은 장기적인 면에서 볼 때 매우 가치 있고 바람직하다. 그것은 보는 것이 아무리 고통스럽다고 해도 보지 못하는 것보다는 낫기 때문이다. 본질적으로 이러한 경험은 자신이 겪고 있는 극심한 고통조차 더 없이 가치 있도록 만든다. 미학, 종교, 창조성, 사랑을 연구하는 많은 사람들은 한결같이 이러한 경험들이 본질적으로 우리의 삶에 매우 가치 있을 뿐만 아니라, 가끔 발생해서 삶을 가치 있게 만든다는 것에 동의한다. 신비주의자들은 인생에서 두세 번 일어날지 모르는 위대한 신비 체험이 매우 큰 가치를 차지하고 있다는 것을 꾸준히 주장해왔다.<sup>115)</sup>

프랑클은 사람이 적극적으로 취하는 행동과는 무관하게 삶의 양상을 강도 있게 경험함으로써 삶의 의미를 충족시킬 수 있다고 주장한다. 예컨대 독서를 통한 진리의 발견, 동이 틀 무렵 떠오르는 태양을 바라보며 느끼는 자연에 대한 경외심, 오케스트라의 완벽한 연주를 통해 삶의 의미를 발견한다. 이러한 경험의 순간 역시 절정 체험에 속한다.

프랑클은 16살 때 프로이드의 『쾌락원칙을 넘어서(Beyond the Pleasure Principle)』라는 책을 읽었을 때 경험한 ‘영적 전율(spiritual shivers)’을 기억한

114) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 91쪽.

115) 아브라함 H. 매슬로우, 『존재의 심리학』, 문예출판사, 2005, 196-197쪽.

다. 이것은 진리발견의 경험이었다. 그는 또한 강제 수용소에서 철조망을 통해 불현 듯이 바라본 황혼이 그에게 의미했던 것을 회상한다. 즉 아름다움의 경험이었다. 그러나 가장 위대한 경험은 성숙한 사랑이다. 즉, 인간이 그 혹은 그녀의 유일성을 아는 것이다. 사랑은 완전한 행위로의 의미치료이다. 사랑하는 사람은 우리 안에서 현재의 당신을 볼 뿐만 아니라 우리 앞에 열려 있는 잠재력을 보는 것이다. 그 잠재력을 깨달을 수 없을지 모르지만.<sup>116)</sup>

사랑은 다른 사람의 인간성 가장 깊은 곳까지 이해할 수 있는 유일한 방법이다. 사랑을 통해서만이 그 사람의 본질을 완전히 파악할 수 있다. 사랑을 통해서 그 사람의 진정한 실존과 개성, 잠재력을 발견한다. 뿐만 아니라 인간은 사랑의 힘으로 사랑하는 사람의 잠재력이 발휘될 수 있도록 돕는다. 사랑하는 사람을 도와줄 수 있는 방법이 무엇인지, 어떻게 하면 사랑하는 사람을 도울 수 있을지를 찾는 동안 자신의 잠재능력까지 실현시킬 수 있게 된다.<sup>117)</sup>

창조적 가치는 세상에 내어 놓는 것에서, 경험적 가치는 세상을 받아들이는 데서 일어난다. 창조적 가치와 경험적 가치는 긍정적이고 풍부한 인간의 창조성과 경험이라는 풍요로움을 다룬다. 그러나 인생은 아름답고 풍요로운 경험만이 전부는 아니다. 질병, 죽음, 재앙, 혹은 아우슈비츠에서의 삶과 같은 극한 상황이라는 예상하지 못한 상황과 사건들로부터 삶은 잦은 곤경에 빠진다. 경험할 수 있는 절정적 아름다움도, 그 어떤 창조력을 발휘할 기회도 상황 속에서 의미는 발견할 수 있는가? <sup>118)</sup>

### 3.3. 태도적 가치

의미는 활동과 경험 속에서 쉽게 찾을 수 있다. 프랑클은 피할 수 없는 고통과 씻을 없는 죄, 죽음 앞에서 우리는 고통을 영웅적인 성공적으로 전환하여 성취할 수 있는 가능성을 가지고 있다고 보았다. 예수와 소크라테스의 죽음은 수세기에게 걸쳐 인간으로서 무엇을 할 수 있는가를 우리에게 입증하였

---

116) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 91쪽.

117) 빅터 프랭클, 『죽음의 수용소에서』, 184-185쪽.

118) 듀에인 솔즈, 『성장심리학』, 182쪽.

다.<sup>119)</sup>

살아갈 가치가 없는 삶은 이 세상에 존재하지 않는다. 그것이 정신병자일지라도 말이다. 우리는 정신적 질병을 극복할 수 있는 인격이다. 질병에 의해 방해되어 있을 뿐, 인간의 본질은 파괴되지 않는다. 파괴될 수 없다.<sup>120)</sup> 가장 비참한 삶에도 의미는 있다. 삶은 무조건적 의미가 있다. 우리는 그것에 대한 무조건적 신앙일 필요하다. 이것은 실존적 공허 또는 실존적 좌절과 의미를 향한 의지의 좌절로 인해 위협받고 있는 현대인에게 있어서 절대적으로 중요하다.<sup>121)</sup>

태도적 가치(attitudinal value)는 우리의 힘으로는 도저히 변화시킬 수 없거나 피할 수 없는 운명적 상황에서 유용하다. 태도적 가치를 통해서 인생의 마지막 순간까지도 의미는 발견할 수 있다. 태도적 가치는 시련(suffering)을 통해서 발견된다. 피할 수 없는 시련에 앞에서 태도 선택의 자유는 주어진다. 태도 선택의 자유는 절대적으로 우리에게 있다. 운명적 상황은 인간의 잠재력을 최고조로 발휘된다. 한 개인의 비극적 상황은 삶의 승리로 이끈다. 따라서 상황을 바꿀 수 없는 운명 앞에서 우리는 자신을 태도를 변화시켜야 한다.

인간의 궁극적인 관심은 삶에 의미를 발견하는 데 있다. 이것은 의미치료의 기본 신조 중 하나이기도 하다. 그러므로 인간은 자신 앞에 닥친 시련을 견디는 것은 자연스러운 행위다. 그러나 의미 발견에 있어서 반드시 시련이 필요한 것은 아니다. 피할 수 있는 시련이라면, 시련의 원인을 찾아 적극적으로 원인을 제거하는 것이 바람직하다. 불필요한 고통의 감수는 자기학대에 불과하다. 인간은 결코 쾌락을 목적으로 하거나 고통을 피하려고만 하지 않는다. 프랑클은 어떠한 절망적인 상황에서도, 어떠한 노력에도 피할 수 없는 운명과 마주했을 때, 삶의 의미는 사라지지 않으며 삶의 의미를 찾을 수 있다는 것을 강조한다. 우리는 종종 절체절명(絶體絶命)의 운명 앞에서 그 상황을 승리로 이끌거나 위기를 자신의 위대한 성취로 바꾸어 놓은 일화들을 만난다. 인간의 잠재력은 피할 수 없는 운명 앞에서 더욱 빛을 발한다. 태도적 가치는 인간이 곤경에 처했거나, 절망적인 상황 속에서 빛을 발한다. 상황은 아무것도 달라진 것이 없지만 상황에 대한 자신의 태도를 선택할 자유는 그 누구도 빼앗아 갈

---

119) 빅터 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 134쪽.

120) 빅터 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 135쪽.

121) 빅터 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 135쪽.

수 없다. 태도의 변화를 통하여 우리는 의미를 발견할 수 있다. 따라서 피할 수 없는 운명적 고통이나 죄의식, 죽음과 같은 비극적인 상황은 곧 가장 고귀한 가치와 깊은 의미를 실현할 최종적인 기회라고 할 수 있다. 그러므로 우리는 우선 인간의 본질적 특성을 이해하고 수용해야 한다. 이를 통해서 자신의 참된 인간 본질의 완성인 실천적 단계로 나아가야 한다.<sup>122)</sup> 인간은 창조적 가치와 체험적 가치를 통해서 발견한 삶의 의미를 잃게 되더라도 태도적 가치로서 충분히 인생의 의미는 충족될 수 있으며 태도적 가치를 통하여 삶의 의미는 ‘불굴의 용기(indomitable courage)’<sup>123)</sup>를 일깨울 수 있다.

인간은 매 순간의 삶의 요구에 상응하는 태도를 갖출 수 있도록 준비되어 있어야 한다. 인생은 바로 죽는 그 순간까지 의미와 함께한다. 숨이 멎는 그 순간까지 우리는 실현해야 할 의미를 만난다. 의미는 발견되기를 고대하고 있다. 태도적 가치에서 가장 중요한 것은 올바른 숙고와 성찰이다. 올바른 숙고와 성찰만이 올바른 태도적 가치를 취할 수 있게 된다. 올바른 태도적 가치를 통해 자신이 취할 태도가 결정되기 때문이다.

주인공은 종양이 급격히 악화하면서 팔다리가 마비되어 기존의 삶의 의미에 대한 중심과 방향을 유지할 수 없게 되었다. 그러자 그는 제한적인 체험 속에서 의미를 발견해내는 것으로 지탱해 나갔다. 그는 어떻게 의미를 발견해나갈 수 있었을까. 그는 병동에 누워 있으면서 독서에 집중하였다. 바쁜 직장생활로 읽을 수 없었던 책들을 읽기 시작했다. 더불어 음악도 듣고 동료 환자들과 적극적으로 대화도 나누었다. 디자이너로서 활동적인 생활을 할 수 없다는 것과 제한적인 상황을 수용함으로써 그 안에서 삶에 대한 의미를 부여하고 여전히 삶에 대한 무의미가 아닌 의미를 잃지 않을 수 있었다. 그러나 그의 질병은 갈수록 극심해졌고 책조차 들을 수 없게 되었으며 마침내 말하는 것조차 힘들게 되었다. 그는 또 다른 운명에 직면하게 되었다. 그는 자신에게 주어진 시간이 얼마 남지 않았다는 것을 알고 있었다. 죽음의 문턱에 다다랐다는 것을 직감한 그는 고통을 덜 수 있는 모르핀 주사를 부탁했다. 그것은 숙직해야 하는 간호사가 자신으로 인해 수면을 방해받지 않도록 배려 한 것이다. 그는 자기 삶의 마지막 순간에 타인을 배려하는 마음이라는 태도적 가치를 선택함으로써 새로

---

122) 최순옥, 김순남, 「호스피스 간호에서 의미요법 적용을 위한 생의 의미고찰」, 『한국간호교육학회지』, 9(2), 2003, 332-333쪽.

123) Victor E. Frankl, *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*, p. 74.



운 삶의 의미를 취하였다.<sup>124)</sup>

이처럼 인간에게 주어진 상황이나 고통에는 긍정적인 의미와 자기 초월적 의미가 숨겨져 있으므로 우리는 자신에게 주어진 운명을 받아들이는 삶의 태도가 필요하다. 자신의 운명에 대한 적극적인 사랑을 지향해야 한다. 이러한 태도가 성립되기 위해서는 무조건적인 운명적 의미에 대한 믿음과 신뢰가 필요하다. 특히 프랑클에게 있어서 자살 행위는 운명에 대한 불신에서 비롯된다고 보았다. 자살 행위는 곧 장기관을 두는 상황에서 자신이 궁지에 몰렸다고 하여 장기관을 없애버리는 것과 같다. 어떠한 상황에서도 의미는 존재한다는 명제 아래, 운명에 대한 신뢰는 자살을 선택하지 않는다. 장기관에서처럼 정당한 규칙과 방식으로 자신의 삶을 마지막 순간까지 최선을 다하게 될 것이다. 결코 설불리 포기해서는 안 된다.

#### 4. 비극 속에서의 의미발견

프랑클은 인간의 삶의 3대 비극적 요소(tragic triad)로서 고통(pain)과 죄(guilt)와 죽음(death)에 대한 의미 있는 태도를 권고한다. 그에 따르면, 인간의 고통과 죄<sup>125)</sup>, 죽음은 태도적 가치에 해당한다. 인간이 절망적 상황에 사로잡힌 무력한 희생물로서 되돌릴 수 없는 운명과 마주하더라도, 아직 그는 자신의 끈경을 인간적 차원에서 성취와 완성을 바꿀 수 있다. 그리하여 그는 비극을 승리로 바꿀 수 있는 인간의 능력을 가장 훌륭하게 증언할 수 있다.<sup>126)</sup> 프랑클의 피할 수 없는 고통은 불필요한 고통을 받아들이는 피학증(masochism)과 관련이 없다. 피할 수 없는 고통이란 ‘되돌릴 수 없는 운명’이라는 것을 분

124) 프랑클은 우리는 병에 걸리고 해서 필연적으로 지금 여기에서의 삶이 그 의미를 상실하거나 그 정도가 축소되지 않는다는 것을 우리는 알고 있으며, 질병이 그 가능성에 따른다면 오히려 언제나 의미 있는 것이며 인간이 육체적 상실을 경험하는 곳에서 반드시 <의미의 상실>이 일어나는 것은 아니라고 강조한다. 빅터 프랑클, 『삶의 물음에 ‘예’라고 대답하라』, 78쪽.

125) 인간은 죄의식을 갖고 벌을 받을 권리를 갖고 있다. 범죄자를 환경의 희생자로 바라보고 죄의식을 면해 주는 것은 그의 인간적 자긍심을 버리는 셈이 된다. 죄의식을 갖는 것은 인간의 특권이다. 확인 권대, 죄의식을 극복하는 것은 인간에게 주어진 책임이다. 빅터 프랑클, 『의미를 향한 소리 없는 절규』, 82쪽.

126) 빅터 프랑클, 『무의식의 신』, 144쪽.

명히 밝힌다. 바꿀 수 있는 운명이라면 물러서는 행위 없이 맞서야함을 강조한다. 이처럼 프랑클은 인간 삶에 대한 비극 요소를 다루면서도 염세적이기보다는 낙관적인 입장을 취한다. 인간이 그것에 대해 어떤 입장을 취하느냐에 따라 비극적 상황에서도 긍정적 성취로 전환할 수 있다는 것을 강조한다. 어떠한 비극과 극단의 시련 앞에서도 긍정적으로 성취 불가능한 우리의 삶은 없다는 것이다.

키르케고르(S.A. Kierkegaard, 1813~1855)가 말했듯이 절망은 죽음에 이르는 병이면서 죽음에 이르는 병이 아니다. 동물에 비해 절망할 수 있다는 것은 인간의 특권이므로 참으로 절망하는 자에게 있어서, 절망은 삶이 삶 이상의 것임을 깨닫게 해준다. 인간은 절망함으로써 인간의 한계에 도달하지만, 그리함으로써 인간의 한계를 넘어서게 된다. 절망은 인간에게 있어서 초월성의 암호이다.<sup>127)</sup>

운명은 바꿀 수 없지만, 운명 앞에서도 바꿀 수 있는 것이 존재한다. 그것은 바로 자기 자신이다. 인간은 되돌릴 수 없는 운명 앞에서도 자기 자신만은 바꿀 수 있다. 자기 자신을 바꿀 수 없다는 것은 인간임을 부정하는 것이 된다. 어떠한 비극과 운명 앞에서도 자기 자신을 만들고, 또다시 만들어 낼 수 있는 능력은 인간만이 보유한 고유한 특권이며 인간 존재를 이루는 기본적인 구성 요소이다. 우리 스스로 환경이라는 영향으로 인한 희생물로 취급해서는 안 된다. 비극적 상황 앞에서 인간은 모두 어떤 입장을 취한다. 단지 선택의 차이만 있을 뿐이다. 그러므로 인간은 피할 수 없는 상황에 처했을 때, 바꿀 수 없는 운명에 맞닥뜨릴 때, 우리는 최고의 가치를 실현할 기회와 마주한다.

고통은 의미를 실현할 수 있는 최고의 기회이다. 이때 중요한 것은 괴로움에 대하여 우리가 취하는 태도이다. 셸러의 말처럼 “모든 의식은 고통 위에 기초하며, 더 높은 단계의 의식은 점점 증가하는 고통 위에 기초한다.”<sup>128)</sup>

죽음이나 고통은 의미치료가 만들어낸 것이 아니라 인간 조건에 속한다. 그러므로 사람은 이들을 마치 불행을 대하는 것처럼 접근해서는 안 된다. 고통과 죽음과 죄는 피할 수 없다. 노이로제 환자가 이 사실을 부정하려 할수록 그는

127) 문성학, 『철학과 삶의 의미』, 새빛, 2019, 102쪽.

128) 막스 셸러, 『우주에서 인간의 위치』, 이을상 역, 지식을 만드는 지식, 2012, 40쪽.

자기 자신을 더 큰 고통에 얽매이게 한다. 이 삼중고는 실존에 고유한 사실이  
지만, 기술적 진보주의나 과학주의에 따라 합리화되어 간다. 그러나 인간은 결  
국 유한한 존재이며, 죽음에 직면해야 할 존재이고, 그리고 이에 앞서 고뇌하는  
존재라고 생각하는 사람도 있다.<sup>129)</sup>

고통은 의미를 발견하는 순간, 더는 고통이 아니다. 의미를 발견하는 순간  
고통의 해석은 긍정이 된다. 운명에 대한 태도의 변화를 통해 적어도 자기가  
받은 고통의 의미를 확실히 깨닫게 되었다. 인간의 중요한 관심은 쾌락을 추  
구하거나 괴로움을 피하는 데 있지 않다. 인간의 궁극적인 관심은 자신의 인  
생에서 의미를 발견하는 데 있다. 의미발견은 의미치료의 가장 근본적인 원칙  
중 하나이다. 인간은 자신이 받는 고통과 괴로움의 의미를 발견되는 순간, 괴  
로움도 기꺼이 수용한다.

고뇌한다는 것은 심리적으로 건강하다는 것이다. 고뇌는 인간 내면의 “심리  
적 화석화(*psychic rigor mortis*)”을 예방한다. 고뇌는 인간의 내적 성장과 성숙  
을 돕는다. “인간의 불행은 불행에 대한 불행스러운 태도로 인해 불행의 짐은  
더욱 가중된다(He is not only unhappy, but also ashamed of being unhappy)”<sup>130)</sup>  
는 것을 우리는 인지해야 한다.

인간의 운명과 고통, 죽음 또한 인간의 본질에 속하는 것이므로 우리는 그  
것을 받아들일 용기와 그에 따른 잠재된 능력을 일깨우는 것만이 중요할 뿐이  
다. 인간이 자신의 운명과 시련을 받아들이는 과정은 그 사람에게 자기 삶에  
더욱 깊은 의미를 부여할 기회를 제공한다. 최악의 상황에 서조차 예외일 수  
없다. 자신에게 주어진 기회를 어떻게 수용하고 행동하느냐에 따라 삶의 의미  
는 달라진다. 시련의 가치는 철저히 자신의 결정에 따라 판가름 난다. 인간은  
자신의 미래에 대한 목표를 찾을 수 없을 때, 스스로 퇴행을 자처하고 자기  
과거를 회상하는 일에 몰두하곤 한다. 프랑클은 일회적 삶의 전형이었던 처참  
한 수용소의 생활에서도 긍정적인 그 무엇인가를 얻을 수 있는 기회는 반드시  
있다고 말한다. 다만 대부분의 사람들은 그것을 기회로서 알아채지 못할 뿐이  
라는 것이다. 그들은 자신의 일회적 삶을 그저 비현실적인 것으로만 간주하면  
서 그들의 삶에 대한 의지를 놓아버린다. 그들에게 주어진 일시적인 삶에 대

129) 빅터 프랭클, 『심리치료와 현대인』, 94쪽.

130) 빅터 프랭클, 『극한 상황 속의 인간심리분석』, 265쪽.

한 종착점을 알 수 없기에 그들은 그들 자신의 삶의 목표를 세울 수조차 없게 된다. 결국 자신들에 미래에 대한 삶을 포기하고 만다. 그 순간 그들에게 다가오는 모든 상황에서 의미는 힘을 잃게 된다. 절망적인 상황은 단지 외형적일 뿐이며 극한의 상황에서도 우리에게 정신적으로 자신을 초월할 기회가 주어진다. 따라서 자신에게 주어진 삶을 무의미하고 무가치한 것으로 경멸하기보다는 무수한 어려운 상황들을 자신의 정신력을 시험하기 위한 도구로 삼아야 할 것이다.

실존적 상황에 처해 있는 인간은 항상 존재에 대한 질문을 제기한다. 그리고 이 질문은 바로 비존재의 위협으로 기인되는 존재론적 충격에서 생겨나며, 바로 여기에서 실존의 형태와 내용을 규정하는 유한성이 드러나게 된다. 자신이 유한하다는 사실을 깨닫지 못한 존재자는 그 존재자의 본질과 한계를 짐작할 수 없으므로 존재에 대한 어떤 물음도 던질 수 없다. 그러므로 만일 인간이 완전한 존재능력을 가진 절대적인 무한성의 존재자라면, 그는 더 이상 존재에의 물음을 묻지 않을 것이다. 그러나 인간은 자기 자신이 존재에 속해 있다는 사실과 또한 동시에 존재로부터 분리된 상태에서 아무것도 아닌 것, 다시 말하면 비존재와 무로부터의 위협 앞에서 직면해 있다는 사실을 알고 있기 때문에, 존재에 관하여 물을 수 있을 뿐만 아니라 또한 묻지 않으면 안 된다.<sup>131)</sup>

우리의 현재 상황은 실존적 상황을 의미하며 바로 이러한 상황 속에서 철학적 물음이 제기된다. 우리에게 주어진 상황이 전하려는 의미를 찾기 위한 물음인 것이다. 사전적으로 시련은 쇠물을 녹이는 도가니 또는 용광로 혹은 흑독한 시련을 의미한다. 이것은 또한 아주 높은 온도에서 금속을 녹이면서 불순물을 제거하는 용기, 새로운 것을 창조해내는 과정에서 오는 시련의 장(場)이라는 뜻이 있다. 이처럼 우리 앞에 놓인 시련은 삶과 직결된 새로운 창조의 기회라고 볼 수 있을 것이다. 그렇다면 우리는 우리가 흔히 사용하는 시련에 대한 올바른 재해석이 필요할 것이다. 시련은 더는 부정의 의미를 함축하지 않는다. 오히려 우리의 삶에서 크고 작은 시련들은 죽음과 비견될 만큼 중요한 위치에 있다. 그만큼 우리의 삶은 수많은 시련과 죽음 앞에서 완성된다.

우리에게 그 어떤 시련이 주어진다고 해도 자신의 내면적 자아에 대한 최종

---

131) 김진, 『하느님의 길』, 철학과 현실사, 2005, 138쪽.

적인 책임은 우리의 자유의지에 달렸다. 심리적인 것과 육체적인 것은 자아에 대한 최종적인 책임자가 될 수 없다. 우리는 매 순간 선택해야만 한다. 수많은 정신적 스트레스와 절망, 시련과 같은 취약한 환경 속에서 어떠한 사람이 될 것인가에 관한 결정은 철저히 개인의 내적인 선택의 결과이며 이러한 결정은 그 어떤 환경에도 지배받지 못한다. 어떠한 시련과 죽음 앞에서도 인간의 내면적 자유만은 결코 빼앗을 수 없다. 시련을 가치 있는 것으로 승화시키거나 자신의 고통을 내적인 성취로 가져갈 수 있는 것은 전적으로 우리에게 달려 있다. 삶을 의미 있게 만드는 것은 인간의 정신적 자유이다.

## V. 의미치료의 실천적 기법

### 1. 의미치료의 목적

의미치료의 목적은 환자가 자신의 최선의 능력을 발휘하면서 스스로 자유롭게 반응할 수 있다는 것을 인식할 수 있도록 돕는 것이다. 즉 치료자는 환자에게 주어진 상황 속에서 스스로 삶의 의미를 발견할 수 있는 반응 능력(response-ability)을 길러주어야 한다. 그 배경에는 ‘절대적 의미에 대한 절대적 믿음’<sup>132)</sup>이 전제하고 있다.

의미치료는 의미를 통한 치료이다. 그리스어 logos란 단어의 사전적 의미는 ‘우주의 통제원리’ 혹은, 신학적 용어로 ‘하나님의 말씀(혹은 의지)’으로 번역했다. 만일 그의 번역이 받아들여진다면 의미는 우주의 통제원리이다. 그것은 의식적이든 무의식적이든 우리가 향해 움직여 나아가야 할 생의 중심이다.<sup>133)</sup>

프랭클에 따르면 의미치료는 가르침이나 설교, 윤리적인 교훈적 접근과는 거리가 멀다. 또한, 논리적 추론 방식을 취하지도 않는다. 의미치료는 세상이 있는 그대로 바라볼 수 있도록 돕는 것에 주안점을 두고 있다. 그러므로 치료자의 역할은 환자의 시야를 넓히는 일이다. 시야의 확장을 통하여 환자의 내면에 잠재된 의미에 대한 전체적인 맥락을 환자가 인지할 수 있도록 안내하는 것이다. 즉 인간은 책임의 존재이며 잠재된 삶의 의미를 실현해야 한다는 관점에서 출발한다. 이러한 그의 치료적 관점은 진정한 삶의 의미라는 것은 인간의 내면이나 정신에서 찾는 것이 아니라, 우리의 삶 속에서 찾아야 한다는 것을 전제하고 있다. 기본적으로 의미치료는 인간을 자기초월적<sup>134)</sup> 구조로서

132) 빅터 프랭클, 『삶의 의미를 찾아서』, 263쪽.

133) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 49쪽.

134) 인간은 항상 자기 자신의 그 어떤 대상을 지향하거나 그 방향으로 주의를 돌린다는 의미에서 자기초월적(self-transcendence)이다. 스스로 헌신이나 봉사해야 할 이유 찾거나 누군가에게 사랑을 주는 것을 통하여 자기 자신을 잊으면 잊을수록 더욱 인간다워지며 자기 자신을 실현해나갈 수 있게 된다. 즉 자아실현(self-actualization)이라는 것은 자아초월의 부수적 결과로서만 이를 수 있다는 것이다. 오히려 자아실현은 우리가 갈구하면 할수록 자아실현과 멀어진다. 목적으로서의 자아실현은 불가능하다. 빅터

이해하고 있다.

의미치료자가 하는 일은 화가보다는 안과 의사가 하는 일에 가깝다고 할 수 있다. 화가는 자기 눈에 비친 세상의 모습을 우리에게 전하려고 애쓴다. 반면에 안과 의사는 우리가 세상을 있는 그대로 볼 수 있도록 해주려고 노력한다. 의미치료사의 역할은 환자의 시야를 넓히고 확장하는 일이다. 그렇게 함으로써 잠재된 의미의 전체적인 스펙트럼을 환자가 인식하고 볼 수 있도록 해준다.<sup>135)</sup>

인간은 근본적으로 삶의 의미를 물을 수 없다. 인간은 삶으로부터 질문을 받으며 삶에 대한 책임을 짊어짐으로써 삶에 응답할 수 있게 된다. 따라서 의미치료는 책임감을 인간 존재의 본질로 본다. 책임감의 강조는 의미치료의 행동강령에 잘 나타나 있다. “인생을 두 번째로 사는 것처럼 살아라. 그리고 지금 당신이 막 하려고 하는 행동이 첫 번째 인생에서 이미 그릇되게 했던 바로 그 행동이라고 생각하라.”<sup>136)</sup> 이처럼 의미치료는 환자 스스로 책임져야 하는 것이 무엇인지 분명히 깨달을 수 있도록 노력한다. 의미치료자는 환자를 대신의 어떠한 판단도 대신에 하지 않는다.

의미치료에서는 영적 차원은 궁극적으로 병이 될 수 없다고 본다. 그러나 누제닉 신경증(noögenic neuroses)은 영적 차원에서 발생할 수 있다. 의미치료에서 누제닉 신경증에 대한 임상적 치료적 절차는 4단계로 구성된다.

첫째, 의미치료자는 환자를 그들의 증상으로부터 분리를 돕는다. 그들의 영적 차원의 자원은 개발되었고 그들 영혼의 반항적인 힘은 그들이 두려움, 강박증, 열등감, 우울 그리고 정서적 장애와 일치하지 않는다는 것을 인식시킨다. 그들은 자신들은 생물학적, 심리학적, 혹은 사회적 운명의 무력한 희생자로 여기지 않는다. 현재 상황을 계속하지 않을 것이며 어떤 상황에서든지 저항할 수 있다. 의미치료자는 환자가 증상을 자신에게 설명하려는 노력과 부정적인 송환구조를 통해 이런 증상들은 피할 수 없는 덧이라는 확신을 점점 깊게 몰아감으로써 생긴 의존구조를 제거한다. 두 번째, 태도의 수정이다. 한 번 환자가 증상으로부터 거리를 유지하게 되면, 그들은 자신들과 자신의 삶에 대한 새로운 태도를

---

프랭클, 『죽음의 수용소에서』, 183-184쪽.

135) 빅터 프랭클, 『죽음의 수용소에서』, 183쪽.

136) 빅터 프랭클, 『죽음의 수용소에서』, 182쪽.

가지게 된다. 세 번째, 증상의 소멸이 성공적일 때, 환자는 의미를 향한 새로운 태도에서 적극적인 송환과정을 경험하게 된다. 마지막 단계에서는 미래를 위한 정신건강을 확신하기 위한 예방적 단계이다. 환자는 의미를 향해 인도된다. 그들의 삶과 잠재된 모든 의미가 토론되고 풍부해지고 확장된다. 가치 위계는 명료하게 되어 미래의 실존적 좌절로부터 보호받는다. 그들은 책임을 맡기에 이른다.<sup>137)</sup>

의미치료는 의학과 더불어 철학을 다룬다. 어떤 치료법도 인간 본성에 대한 자신의 견해 없이는 적용할 수 없다. 마음에서 발생하는 질병에 대한 치료법을 개발한 프로이트는, 그가 세상을 떠난 후 지금까지 그의 인간 본성에 관한 견해는 의학계뿐만 아니라 우리 삶 전 영역, 특히 인간 발달과 교육, 결혼 생활과 양육 태도에 있어서 커다란 변화를 가져왔다. 의학적 기술만큼이나 프로이트의 철학은 인류에 정신건강에 공헌했다. 이것은 의미치료 역시 동일하게 적용된다. 의미치료는 의미를 향한 의지가 발현됨으로써 실존적 좌절을 피할 수 있다는 점에서 예방적이고 간접적인 치료법이다. 의미치료는 교육이나 환자가 자신을 교육하는 법을 배우는 ‘자생교육(autogenous education)’이라고 할 수 있다. 의미치료는 인간적 차원, 즉 자기 성찰, 선택, 책임실천능력 그리고 자아초월과 같은 가장 인간적인 본성에 호소한다. 따라서 환원적이거나 결정론적 방법은 치료에서 배제한다.<sup>138)</sup>

## 2. 정신병리의 시작: 실존적 공허

오늘날의 많은 현대인은 의미를 향한 의지의 좌절로 인한 실존적 공허를 겪고 있다. 프랑클은 내적 공허감으로 고통받는 사람들의 상태를 가리켜 실존적 공허(existential vacuum) 또는 실존적 좌절(existential frustration)이라고 부른다. 실존적 공허는 “깊은 몰입과 황홀감이 수반하는 개인의 인생에 있어서 최고로 고양된 만족과 환희의 체험을 지칭하는 개념”<sup>139)</sup>이라고 불리는 매슬로우의 절

---

137) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 고병학 역, 하나의학사, 1985, 212-214쪽.

138) Joseph B. Fabry, 『의미치료』, 211-215쪽.

139) 정인석, 『트랜스퍼스널 심리학』, 대왕사, 2003, 97쪽.



정체험(peak-experience)과 대비되는 개념으로서 ‘나락의 체험(abyssexperience)’이라 부르기도 한다. 이러한 실존적 공허는 세상에 대한 흥미 상실이라는 권태와 세상 속에서 어떤 것을 바꾸려는 의지의 상실이라는 냉담함의 모습으로 외현화된다.<sup>140)</sup>

프랑클은 실존적 공허의 원인을 다음과 같은 사실에서 찾는다. 첫째, 동물들과 달리 인간이 반드시 해야 할 것을 알려주는 충동과 본능이 없다는 것이다. 둘째, 오랜 세월 인간이 해야 할 것을 알려주던 전통이나 관습들이 사라졌다는 것이다. 이제 인간은 자신이 진정으로 원하는 것이 무엇인지 스스로 찾아야 한다. 그러나 인간은 이러한 변화를 인식하지 못하고 방황한다. 그러다 자신이 원하고 바라는 바를 깨닫지 못하고 맹목적으로 타인들이 행동을 모방하거나 다른 사람들이 원하는 인간상을 추구하며 살아간다.

실존적 공허는 특히, 젊은 세대들에게 중독과 공격성, 우울이라는 특징적 증상으로 나타나고 있다. 이들의 내면에는 짙은 허무감이 깔려 있다. 그러나 실존적 공허에 시달리고 있는 사람들은 실존적 공허 자체가 신경증이 아니라는 것을 알아야만 한다. 곧 실존적 공허를 겪고 있다는 사실만으로 질병을 앓고 있는 환자로 취급해서는 안 된다. 실존적 공허가 신경증으로 진단되었다면 그것은 사회적 요인에 의해 발생한 것이라고 볼 수 있다. 실존적 공허는 삶의 궁극적인 의미에 찾으려는 의지에 따른 현상이다. 실존적 공허의 경험을 통하여 자신의 삶에 대한 의미를 찾고자 하는 내면의 목소리인 것이다. 실존적 공허는 자기 삶의 의미를 찾고자 하는 인간의 독특한 특징이며 특권이라고 말할 수 있다.

실존적 공허를 극복하기 위해서는 정신의학과 교육의 중요성을 강조한다. 특히 교육에 있어서 기존의 전통과 그에 따른 가치의 영향에서 벗어나 자신만의 고유한 의미를 발견해낼 수 있는 능력을 길러낼 수 있는 교육의 변화가 필요하다. 그러나 프랑클은 교육의 중요성을 강조하면서도 오히려 교육이 인간을 실존적 공허의 상태에 빠뜨릴 수 있다는 것을 경고한다. 특히 과학의 성과를 설명하는 과정에 있어서 이른바 환원주의적 입장을 취할 경우, 이로 인한 공허감과 무의미함을 오히려 가중시킬 수 있다. 교육에 있어서 가치는 가르칠 수 있는 것이 아니며 경험해야 하며 행동해야 하는 것이다. 의미는 결코 주어

---

140) 빅터 프랑클, 『삶의 의미를 찾아서』, 133쪽.

지는 것이 아니다. 교사로서 학생들에게 줄 수 있는 것은 연구와 진리, 과학의 근거를 밝혀내기 위한 개인적인 헌신과 노력의 사례를 보여주는 것이 전부다.

경제적으로 풍요로운 사회나 인간의 기본적인 욕구가 충족되고 있는 선진국에서 허무감·공허감의 문제가 갈수록 심각해져 간다. 사회보장제도가 잘 발달되어 있는 복지국가 사회에서도 자살률이 높아 가는 경향은 삶의 의미를 발견하는 것이 얼마나 중요한가를 다시 한 번 돌아보게 만든다.

현대인의 바쁜 생활과 끊임없는 말초 신경적 자극과 관능적 쾌락을 추구하는 행동의 배후에서 허무와 절망에서 도피하려고 하는 숨은 동기를 우리는 파악해야만 한다. 직업적 과잉활동과 과도한 여가 생활로 끊임없이 자신을 바쁘게 만들며 감각을 마비시키는 그들에게 가장 무서운 것은 다름 아닌 권태다. 일 중독자에게는 아무것도 할 일이 없는 일요일은 권태롭고 끔찍하다. 주말도 없이 일하는 사람과 공휴일이면 반드시 어딘가에 가지 않으면 그 허전함으로 견디지 못하는 사람도 있다. 그러한 현상은 자신의 내적 허탈감이라는 실존적 공허에서 벗어나려는 동기에서 비롯된다. 직업적 과잉활동과 과도한 여가 활동 사이를 오가는 사람들과 바쁘게 사는 것만이 바람직한 인생인 것처럼 포장된 삶을 살아가는 사람들, 의도적으로 자신을 바쁜 일상에 던져놓고 실존적 공허함에서 벗어나려는 사람들에게 심사숙고와 같은 명상을 통하여 자신의 내면으로 들어가 마음을 모으는 그런 유형의 여가 생활, 즉 고독의 시간과 마주할 용기가 필요하다.<sup>141)</sup>

누구에게나 내적인 허무를 응시하는 것은 매우 고통스러운 일이다. 특히 사춘기·청소년기의 젊은이들은 감수성도 예민하고 보다 강한 충동성이나 에너지를 가지고 있어서 때로는 자기 자신조차도 주체하지 못한다. 그들은 감각을 마비시키기 위해서는 보다 강렬한 자극을 원한다. 예컨대, 여학생의 경우 돈이나 명품에서 찾았던 자극을 원조교제나 가출, 혼숙과 같은 데서 얻게 되고, 남학생의 경우라면 감각을 마비시켜 줄 자극으로 권력보다는 각성제나 환각제를 더 선호하는 경우와 같다. 그러나 성인 사회의 경우는 공허한 자기를 마비시키기 위하여 돈과 폭력, 권력의 세계에서 자극을 찾으려고 한다. 이와 같은 도피행각은 삶의 의미를 찾지 못하여 방황하며 삶의 목표와 이유를 상실한 채 세파에 자신을 내던진 행동으로써, 이는 일시적으로 공허한 자기를 마비시켜 주는 효과 이

---

141) Victor E. Frankl, *The Will to Meaning*, p. 97-98.

외에는 아무것도 없다. 이와 같은 불건전한 도피 수단은 돈과 권력이 인생의 수단이 아니라 목적처럼 전도된 성인 사회 곳곳에서 볼 수 있다는 것도 사회가 그만큼 돈과 권력으로 병들었다는 것을 말해 준다. 건전사회(sane society)는 그 사회를 이루고 있는 사람들에 의해서 만들어지고 유지된다. 그중의 하나가 실존적 공허를 인간적인 고뇌로 받아들여 자신이 사는 의미를 고민하고 발견하는 적극적인 대결의 자세가 요구된다. 이런 자세는 인간적 성숙을 위해서도 큰 의미가 있다. 현대인에게 스트레스가 많은 것도 정신적으로 긴장해야 할 생활 때문이기보다는 풍요와 단조로운 사회에서 지향해야 할 이상이나 목표도 없고 해야 할 사명도 없는 나머지 좋은 실존적 긴장(existential tension)도 없을 뿐만 아니라 사람들의 마음도 무르고 약해져서 스트레스에 민감해진다는 것도 생각할 필요가 있다. 풍요만 있고 좋은 의미의 긴장이 없다는 것은 결코 바람직한 것은 아니다.<sup>142)</sup>

### 3. 고통과 인내에 대한 숙고

프랑클은 그의 저서 『고통받는 인간: 심리치료의 인간학적 토대(Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie)』(1975)에서 ‘인내하는 인간(home patients)’에 대해 언급한다.<sup>143)</sup> 또한, 고통의 의미를 통해 정신의 고차원의 높이에 이르는 과정을 체계화하여 1938년 고층 심리학(height psychology)이라고 명명한다. 이는 정신역학에 편중된 프로이트의 심층 심리학(depth psychology)을 보완한 것이다. 인내하는 인간이란 고통과 시련을 자신의 인격 도야로 받아들여서 인간적인 성취를 일궈낼 줄 아는 고통 받는 인간을 일컫는다. 삶에서 성공한 위치에 있는 사람일지라도 절망감을 느낄 수 있으며, 절망적인 상황 속에서도 충족감과 행복감에 도달할 수 있다. 절망(despair)은 자기 실현의 오류다. 그러나 절망을 극복함으로써 자기 실현의 기회가 될 수도 있다. 키르케고르는 절망을 반드시 극복되어야 할 실존적 상황으로 받아들인다.<sup>144)</sup>

형무소에 수감 중인 죄수가 보낸 글이다. “이곳에서도 내 존재에 대한 진정

142) 정인석, 『의미 없는 인생은 없다』, 93-99쪽.

143) 김정현, 「프랑클의 실존분석과 로고테라피, 그 이론적 기초」, 73쪽.

144) 김태국, 「키르케고르의 ‘영원한 행복’과 ‘절망」, 『철학논집』, 52, 2018, 70쪽.

한 의미를 찾았습니다. 그리고 남은 형기는 더 나은 것을 많이 할 기회를 얻기 전에 아주 잠시 기다리는 것이지요.”<sup>145)</sup>

인간의 성장은 고통을 동반한다.<sup>146)</sup> 성장에 따르는 이별과 상실을 감내해야 하며 더욱 복잡해지는 오늘날의 사회 속에서 현실에 적응하기 위해 개인에게 요구되는 것들은 필수적이다. 또한, 인간의 성장은 미지의 세계 그 자체다. 미지의 세계를 탐험한다는 것은 인간에게 불안과 두려움을 부가한다. 따라서 성장을 멈추는 것도, 성장을 위해 세상으로 발돋움하는 길 역시 인간에게는 엄청난 정신적 스트레스를 초래한다.

삶의 현장에서 고통으로 일그러져 고뇌하는 사람들을 쉽게 만날 수 있다. 인간의 성장과 일생을 함께할 고통을 우리는 어떻게 받아들여야만 할 것인가. 스캇 펙(M. Scott Peck)은 “삶이란 문제의 연속이며 고택(苦海)다. 이것은 삶에 있어서 가장 위대한 진리”<sup>147)</sup>라고 정의한다. 그에 의하면 대부분의 사람들은 삶이 어렵다는 것을 깨닫지 못한 채 살아가며 오히려 인간의 삶을 대수롭지 않게 여기는 경향으로 인하여 삶이 더욱 고택스러워진다는 것이다. 우리는 먼저 우리의 삶이 고택의 바다라는 것을 받아들여야만 한다. 삶의 고택을 인정하고 받아들이는 과정뿐만 아니라 삶과 직면하는 과정 역시 쉽지 않기 때문이다. 그러므로 삶에 대한 정확한 인식 없이는 우리는 그 무엇도 해결할 수 없다.

삶의 문제들은 우리는 고택스럽고 비참하게 만든다. 그 속에서 우울과 깊은 고뇌에 빠지기도 한다. 때로는 자신의 분노와 두려움, 외로움, 절망과 싸워야 한다. 삶이 곧 고택이며 그러한 삶을 살아내는 것이 쉽지 않다는 것을 인정할 지라도, 삶이 던지는 질문에 해답을 찾아보기로 하여도 그 과정만으로도 전혀 녹록하지 않다. 그런데도 현대인의 질환은 우리가 겪어야 할 고택을 회피함으로써 발생한다는 것을 기억해야만 한다.

인간은 아프지 않고도 고뇌할 수 있습니다. 그러나 고뇌하지 않고 아플 수는 없지요. 고뇌는 인간적인 일이며, 어찌하든 이미 인간적인 삶 자체에 속한 것입니다. 그래서 사정에 따라서는 고뇌하지 않는 것이 병일 수도 있지요. 이것을

---

145) 빅터 프랑클, 『의미를 향한 소리없는 절규』, 67쪽.

146) 김혜남, 「피터 팬 신드롬 : 애도하지 못하는 사람들」, 정신분석, 17(1), 2016, 58-71쪽.

147) M. 스캇 펙, 『끝나지 않은 길』, 김창선 역, 소나무, 2004, 16쪽.

대개 정신병이라 특징지어지는 질병의 경우에서 볼 수 있습니다.<sup>148)</sup>

“현실적인 것의 냉혹성을 경험하는 것은 자기 자신으로 돌아가는 유일한 길이며 목표가 불가능한 것처럼 보일 때라도, 현실의 냉혹성 가운데서 활동하고 있다는 것은 인간의 존재 조건”<sup>149)</sup>이다. 이는 야스퍼스(Jaspers)의 견해와도 일치한다. 인간의 당당함이나 자존감은 운명을 어떻게 극복하고 헤쳐나가는가에서 형성된다.<sup>150)</sup> 이는 운명이 우리를 파괴하는 것이 아니라 오히려 우리를 강하게 만든다는 사실을 보여준다. 자신의 운명 앞에서 좌절하기보다는 운명을 받아들이고 극복하고자 하는 태도 변화가 필요하다. 삶에서 당면하게 될 문제들을 해결해가는 과정에서 삶의 의미를 찾게 된다. 우리에게 필요한 것은 결단이다.

우리가 상처받고 부서지고 한 바로 그 자리, 그 순간이 우리가 우리 자신을 깨뜨리고 하느님을 향해 나아갈 기회다.<sup>151)</sup>

일상에서 인간이 겪는 고통은 두 가지로 나눌 수 있다. 첫 번째는 피할 수 없으며 반드시 겪어야 하는 고통이며 또 하나는 겪지 않아도 되는 불필요한 고통이다. 이것을 먼저 구별해야 할 필요가 있다. 그러나 우리의 삶에는 반드시 겪어야 하는, 피할 수 없는 고통을 운명으로 맞이해야 하는 상황들이 있다. 우리의 행동으로서 고통과 맞설 수 없을 때, 태도로서 고통과 맞서야 한다. 운명적인 고통에도 의미는 발견될 수 있다. 피할 수 없는 고통과 운명 앞에서 그런데도 우리의 삶을 의미로 채울 수 있다. 인간은 내적 행위의 태도 변화 또는 그로 인한 인내를 통하여 어떠한 삶의 한계 상황에서도 고귀한 삶으로 회귀할 수 있는 능력을 갖추고 있다. 이는 인간의 가장 고귀한 위업(great achievement)이라 할 것이다.

저녁이 되면 수용소로 돌아가서 드디어 취사장에서 수프 한 사발을 얻을 수

148) 빅터 프랑클, 『삶의 물음에 ‘예’라고 대답하라』, 66쪽.

149) 칼 야스퍼스, 『비극론·인간론』, 황문수 역, 범우사, 1999, 183쪽.

150) 김선희, 「철학상담의 창시자 G. 아헨바흐와의 인터뷰: 고통 받는 사람을 위한 철학상담」, 『철학연구』, 120, 2018, 8쪽.

151) 안셀름 그륀, 『아래로 부터의 영성』, 진선호 역, 분도출판사, 1999, 109쪽.

있겠지요. 그 당시 우리는 얼마나 인간 본래의 고뇌를 동경했는지 모릅니다. 먹는 것이나 굶주리는 것, 추위에 떠는 것, 잠을 자는 것, 삽질하는 것, 얻어맞는 것 [……] 인간의 존엄에 어울리지 않는 이러한 문제 대신 인간적인 문제들을, 인간적인 고뇌와 문제와 갈등에 괴로워하던 그 시절을 우리가 얼마나 애타게 그리고 슬프게 돌이켜보았는지 모릅니다. 또한, 미래에 대해서도 그랬습니다. 그 당시 우리가 동경했던 것은 아무런 고뇌도 문제도 갈등도 없는 상태가 아니었습니다. 오히려 우리가 제대로 고뇌해야 하는, 정말 한 번만이라도 인간 그 자체에 의미 있게 부과된 그러한 고뇌를 겪어야 하는 상태를 동경했었습니다.<sup>152)</sup>

#### 4. 발견: 삶 속에서 물음의 인식

궁극적으로 인간은 자기 삶의 의미가 무엇인지 물어서는 안 된다. 그보다 삶의 의미가 무엇인가에 대해 질문하는 사람이 바로 자기 자신이라는 것을 깨달아야만 한다. 인간은 삶으로부터 질문을 받는 자이며 자신의 삶에 책임을 지는 것만이 삶이 주는 질문에 대답할 수 있게 된다. 오직 삶에 대해서 책임 지려는 태도를 통해서만이 삶에 응답할 수 있다.

프랑클은 “살아야 할 이유를 아는 사람은 어떤 어려움 속에서도 참고 견딘다(He who has a why to live for can bear almost any how.)”는 니체의 말을 인용함으로써 삶의 의미에 대한 중요성을 더욱 강조한다.

삶의 의미를 찾으려는 인간의 노력은 마음의 평온보다는 긴장을 일으킨다. 내면의 긴장은 인간의 정신 건강에 절대적으로 필요한 요소이다. 프랑클은 최악에 상황에서 가장 효과적으로 견디낼 방법으로 의미를 찾는 것이라고 말한다. 프랑클의 경우, 아우슈비츠라는 가혹한 환경 속에서도 그를 살아남도록 했던 것은 집필에 대한 강렬한 열망이었다는 것을 회고하고 있다.<sup>153)</sup> 이처럼

152) 빅터 프랑클, 『삶의 물음에 ‘예’라고 대답하라』, 73쪽.

153) “아우슈비츠 수용소로 끌려가자마자 출판 준비를 마친 내 원고 한 장이 압수되었다. 확실히 이 원고를 새롭게 쓰고 싶은 나의 깊은 욕망은 내가 있는 수용소의 고된 생활에서 살아남는 데 도움이 되었다. 예를 들어, 바이에른의 수용소에서 발진티푸스에 걸렸을 때, 내가 해방되는 날까지 살 수 있다면 원고를 다시 쓸 수 있도록 하기 위한 많은 메모를 작은 종잇조각에 적어 두었다. 바이에른 강제수용소의 어두운 막사에서 잃어버린 원고를 복원하는 것이 심혈관 허탈의 위험을 극복하는 데 도움이 되었다고 확신한다(When I was taken to the concentration camp of Auschwitz, a manuscript of mine ready for

적절한 긴장은 정신적 건강 상태를 유지시킨다. 여기서 말하는 긴장(tension)은 이미 성취한 것과 앞으로 성취해야 할 것 사이의 긴장 또는 현재의 나와 앞으로 되어야 할 나 사이에 놓인 간극 사이의 격차에 기초한다. 그러한 긴장감은 인간에게 내재 되어 있으며 정신 건강(mental well-being)에 필수적이라 할 수 있다. 따라서 인간의 내면에 잠재된 의미를 찾을 수 있도록 적극적으로 도전해야 한다. 이를 통해 그동안 우리의 내면에 깊이 침잠(沈潛)되어 있는 의미를 찾고자 하는 의지가 드디어 깨어나게 된다.

눈에 보이는 대립과 투쟁 속에는 보이지 않는 자연의 질서가 깃들여 있으며, 겉으로 나타나는 안정과 질서의 배후에는 보이지 않는 투쟁과 갈등이 내재되어 있다. 밤과 낮의 대립적인 투쟁 속에 자연의 질서와 세계 혼이 은폐되어 있다. [.....] 모든 것을 구성하고 있는 대립적인 것은 그 가치론적 서열에서 동등하다. 모든 반대적인 것과 대립적인 것, 예를 들면 단맛과 쓴맛, 존재와 비존재는 같은 것이다. [.....] 투쟁이나 전쟁은 부정적인 파괴의 힘이 아니고, 오히려 세계를 창조적으로 다스려 나가는 적극적인 힘이다.<sup>154)</sup>

이처럼 우리의 삶은 선과 악, 낮과 밤, 사랑과 미움과 같은 대립적인 구조로 구성되어 있다. 그러나 오랜 세월 생물학에서 인간에게 필요한 것은 여러 변수들을 조절하여 내부 환경을 안정적이고 일정하게 유지하는 항상성(恒常性, homeostasis), 즉 긴장이 없는 상태라고 가정해 왔다. 그러나 프랑클은 인간의 정신 건강에 있어서 항상성만큼 위험천만한 오해는 없다며 반박하였다. 그는 인간에게 필요한 것은 긴장이 없는 상태가 아니라 자유의지로 선택한 과제, 가치 있는 목표를 위한 고군분투의 노력과 투쟁이며 실존의 긴장 상태를 통해서 인간이 성취해야 할 삶의 잠재적인 의미를 일깨우는 실존의 정신 역동성을 강조한다. 의미를 찾으려는 인간의 노력에는 마음의 평온보다는 긴장을 불러

---

publication was confiscated. Certainly, my deep desire to write this manuscript anew helped me to survive the rigors of the camps I was in. For instance, when in a camp in Bavaria I fell ill with typhus fever, I jotted down on little scraps of paper many notes intended to enable me to rewrite the manuscript, should I live to the day of liberation. I am sure that this reconstruction of my lost manuscript in the dark barracks of a Bavarian concentration camp assisted me in overcoming the danger of cardiovascular collapse.)”  
Viktor E. Frankl, *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*, New York: Simon & Schuster, 2006, p. 104.

154) 김진, 『퀴지스와 존재사유』, 문예출판사, 2003, 47-50쪽.

일으킬 것이다. 그러나 내면의 긴장은 정신 건강에 절대적이다. 적절한 긴장 상태는 우리의 정신을 건강하게 만든다. 여기서 긴장이란 우리가 이미 성취해 놓은 것과 앞으로 성취해야 할 것에 놓여 있는 긴장을 뜻한다.<sup>155)</sup> 이러한 긴장 상태는 정상적인 상황뿐만 아니라 신경질환을 앓고 있는 사람들에게도 유효하다. 적절한 긴장의 유도는 오히려 환자의 정신 건강을 촉진시킨다. 따라서 치료자는 삶의 의미를 갖도록 안내하는 과정에서 환자는 어느 정도의 긴장을 유도하는 것은 매우 중요하다. 우리의 삶의 속에서의 물음을 인식하기 위한 적극적인 태도를 갖추고 자신이 해야 할 일이 있다는 것을 인식하는 것이 정신적으로 건강하게 존재하기 위한 필수불가결한 것이다.

## 5. 비극 속에서의 낙관

삶에서 불우한 환경은 사람을 좌절시킬 것 같지만 실존적으로 그를 반드시 좌절시키지는 못한다. 오히려 좌절하느냐 안 하느냐는 그 삶의 가치 체계에 달려 있다.<sup>156)</sup>

인간의 모든 비극적인 요소에도 불구하고 어떻게 하면 우리가 그러한 삶에 긍정할 수 있을까. 그것이 과연 가능한 일인가. 프랑클의 저서에 사용된 “비극 속에서의 낙관(the case for a tragic optimism)<sup>157)</sup>”은 어떤 비참한 상황에서도 삶의 의미를 발견할 수 있다는 것을 전제하고 있다. 또한, 비극 속에서의 낙관은 우리의 삶의 부정적인 요소들을 긍정적일 뿐만 아니라 건설적이고 보다 창조적으로 바꾸어 놓을 수 있는 잠재적인 능력을 보유하고 있는 존재가 우리 인간이라는 것을 내포한다.

낙관(optimism)이란 인간의 잠재력에 대한 신뢰에서 비롯된다. 낙관적 태도

---

155) 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소에서』, 17쪽.

156) 빅터 프랑클, 『무의식의 신』, 146쪽.

157) 1983년 6월, 서독 레겐스부르크 대학의 막시엄 오디토리엄에서 열렸던 제3차 의미치료 세계대회에서 프랑클이 명예회장의 자격으로 발표했던 내용을 간추린 것이다. 그의 이론적인 결론을 갱신하기 위해 『죽음의 수용소에서』 1984년 판의 후기에 추가하고 그 제목을 「비극 속에서의 낙관」으로 붙였다. 「비극 속에서의 낙관」이라는 제목의 의미는 우리의 비극적인 과거로부터 얻은 교훈에서 미래에 대한 낙관이 샘솟을 것이라는 희망에서 붙여진 것이다. 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소에서』, 11쪽.



는 인간이 자신의 비극과 마주했을 때 자신의 고통을 인간적인 성취와 실현으로 바꾸어 놓는다. 낙관은 자신의 죄로부터 자기 자신의 발전을 향하여 변화시킬 수 있는 계기를 마련하며 인간의 일회적인 삶에서 삶에 대한 책임감을 끌어낼 수 있는 동기를 찾아내는 데 최선을 다한다는 의미도 담고 있다. 어쩌면 우리는 자신의 그 엄청난 잠재력을 인식하지 못하기 때문에 시련으로, 운명으로 받아들였는지도 모른다. 거인(巨人)인 자신을 난쟁이(小人)로 인식하듯이 말이다.

인간은 어떤 상황에서도 최선을 다해야 하며 “그 모든 것에도 불구하고 삶에 대해 ‘예’라고 대답하는 것(saying yes to life in spite of everything)”<sup>158)</sup>이 필요하다. 자신이 처한 삶을 일시적인 삶으로 받아들이는 순간, 인생의 목표를 세울 수 없다. 정상적인 삶으로부터 멀어진다. 그 순간 우리의 내적인 삶의 구조는 변한다. 즉 끝없는 고통 속에서 일시적 삶이라 받아들이는 인간은 스스로 퇴행하기를 자청하며 과거 회상에 몰두하게 된다. 그들은 눈을 감고 과거 속에 사는 것을 좋아한다. 꿈과 목표, 삶의 의미를 찾지 못한 이들은 깊은 잠에 빠져든다. 잠의 세계가 그들에게 유일한 위안이라 여긴다. 미래가 없는 그들에게는 눈을 떠야 할 이유가 없다. 이로써 그들은 정신적, 육체적으로 몰락(沒落)의 길을 걷게 된다.

이러한 무기력감과 실존적 공허감은 자신에게 닥친 고통스러운 삶, 즉 고통과 시련의 삶을 비현실적인 것으로 치부함으로써 시작된다는 것을 알지 못한다. 자신의 고통이 남들과 다른 비현실적인 것으로 받아들이는 순간, 자신 앞에 닥치는 모든 일은 무의미한 것으로 간주한다. 그러나 우리가 알아야 할 것은 자신 앞에 닥친 상황은 좀 더 어려운 상황일 뿐이며 이러한 상황에서도 분명 자신을 초월할 기회가 숨겨져 있다는 사실이다. 치료적 입장에서 의미치료자가 해야 할 것은 그들이 기대할 수 있는 미래에 대한 목표를 정할 수 있도록 함으로써 그들 자신의 내면적 힘을 강화해 주어야 한다. 인간의 특성상 인간은 미래에 대한 기대 없이는 세상을 살아갈 수 없다. 미래에 대한 기대는 극한의 순간에서 빛을 발할 만큼 중요하다.

최우선으로, 인간은 자신의 삶에 있어서 의미를 발견하는 데 성공하는 순간, 그 자체로서 자신에게 행복을 가져다줄 뿐만 아니라 자신에게 닥친 시련을 극

---

158) Victor E. Frankl, *Men's Search for Meaning. An Introduction to Logotherapy*, p. 137.

복할 힘의 에너지가 채워진다. 반대로 의미를 찾으려는 노력이 실패로 돌아갔을 때 인간에게 치명적인 결과로 유발한다. 즉 극도의 체념상태(give-up-itis)라고 부르는 행동들을 나타내며 순간의 쾌락에 빠질 수 있다.

강제수용소에서 이러한 체념상태에 빠진 죄수들은 기상 시간에 맞추어 일어나는 것은 물론이거니와 일터로 나가는 것도 거부한 채, 막사에 남아 누워만 있기를 고집한다. 그들에게는 더 이상 경고도 협박도 소용없게 된다. 그런 다음 숨겨놓은 담배를 꺼내어 피기 시작하는 전형적인 행동을 보인다. 의미를 찾으려는 의지는 사라지고 순간적인 쾌락을 추구하기 시작한다. 바로 그 순간 우리는 그가 앞으로 48시간 안에 죽으리라는 것을 직감한다.<sup>159)</sup>

삶에 대한 체념상태를 넘어 쾌락에 빠지는 현상들은 수용소라는 극한의 상황과 제한된 장소에만 한정된 것은 아니다. 우리가 살아가는 지금의 현실 속에서도 미래에 대한 절망과 자신의 삶에 대한 의미를 찾지 못하는 사람들은 넘쳐난다. 실존적 공허에 빠진 그들은 때때로 술과 담배, 마약이라는 향락에 위안을 삼는다. 프랑클은 인간의 삶을 유일하고도 위대한 의무(great obligations)이며 책무(responsibilities)라고 말하면서 고통의 극단에 있는 것으로 보이는 기쁨은 그 자체로서는 인간에게 그 어떤 의미를 부여할 수 없다고 보았다. 기쁨이 없는 삶이 결코 의미 없는 것이라 말할 수 없으며, 오히려 기쁨만을 추구하는 삶이 무의미한 것이라고 볼 수 있다.

삶에 있어서 기쁨이란 억지로 얻어질 수 있는 것이 아니며, 기쁨에만 의존할 수도 없다. 기쁨이란 저절로 생겨나는 것이며 저절로 생겨나야 한다. 행복 추구는 결코 목표일 수 없으며 행복이란 단지 결과로서 얻어져야 한다. 프랑클은 인간은 자신의 삶에 무엇을 기대해야 하는지가 아니라 진정으로 인간이 자신의 삶에 물어야 할 것은 “삶이 나에게 기대하는 것이 무엇인가이며 삶 속의 어떤 의무와 어떤 과제가 나를 기다리고 있는가?”이다.

명심해야 할 것은 낙관적인 생각은 지시나 명령에 따라 일어나는 것은 아니라는 것이다. 인간에게 주어진 믿음과 사랑을 포함한 모든 상황에서 낙관을 강요할 수 없다. 기쁨과 행복은 강요에 의해서나 명령에 따라서 만들어지는 것이 아니다. 그렇다고 해서 인간 스스로 행복을 얻으려 한다고 해서 주어진

---

159) 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소에서』, 222쪽.

는 것도 아니다. 오직 행복은 어떤 일에 관한 결과로서 주어지는 것이다. 인간이 행복해지려면 행복해야 할 이유를 선명히 알고 있어야 한다. 그 이유를 찾으면 인간은 저절로 행복해진다. 즉 인간은 행복을 찾는 존재가 아니라, 주어진 상황에 숨어 있는 잠재적인 의미를 발견하고 실현함으로써 행복해야 할 이유를 찾게 되는 존재인 것이다.

프랑클은 단지, 행복이나 쾌락만을 추구하게 되면 오히려 행복을 망칠 수 있게 있다는 것을 경고한다. 오히려 행복해야 하는 이유도 모른 채 쾌락에 빠지게 된다면 한 개인의 삶은 피폐(疲弊)함 그 자체일 것이다. 상대를 억지로 웃게 만든다고 해서 그 사람이 진정으로 행복한 것인가? 의미치료에서는 과잉행동이라는 행동 패턴이 불감증과 발기부전 등의 성적인 문제로 인한 신경질환을 일으키는 중요한 요인이 된다고 말한다. 성적인 쾌락을 과도하게 추구하면 할수록 성적인 쾌락을 추구하려는 욕구가 더 참담한 실패를 맛보게 된다는 것이다.<sup>160)</sup>

프랑클은 지금의 젊은 세대에 널리 퍼져 있는 집단적 신경 증후군에서 보여주는 세 가지 측면, 즉 우울증(depression), 공격성(aggression), 중독(addiction)은 삶의 허무함(futility of life)과 무의미함(meaninglessness)에서 출발한다고 보았다. 따라서 이러한 우울증과 공격성, 중독은 실존적 공허감(existential vacuum)에서 잉태된 것이라 하겠다. 그렇다고 해서 모든 우울 증상과 자살의 원인이 삶의 무의미에서 비롯된 것은 아니다. 그러나 프랑클은 그렇다고 할지라도 그들에게 살아갈 가치가 있는 어떤 의미와 목적을 알게 되었다면 극단적으로 자신의 생명을 빼앗으려는 행위는 극복될 수 있었을 것이라고 주장한다. 공격성 역시 목표가 정해지면 자신의 목표를 달성하기 위해 공격성보다는 협동의 방향으로 전환하게 된다고 보았다. 또한, 중독에 있어서 알코올중독자 과반수가 자신이 아무 의미가 없다는 극단적인 생각에 빠져있다고 보고되었다.<sup>161)</sup>

---

160) 프랑클은 포로수용소나 강제수용소와 같은 극한 상황에서 의미를 잃은 인간이 ‘체념상태’(give-up-itis)에 빠지고 마침내 단순히 쾌락추구에 이어 죽음에 이르게 되는 상황을 사실적으로 전하고 있다. 즉 극한상황에 놓인 인간은 잠자리에서 일어나는 것은 물론 밖으로 일하러 나가는 것도 거부한다. 대신 막사에 남아 똥과 오줌에 절은 짚더미 위에 누워 잇기를 고집하는 행동으로 변화된다. 아무것도 그들의 마음을 바꿀 수 없으며 그 어떤 경고와 협박도 소용이 없다. 그런 다음에 아주 전형적인 행동을 한다. 주머니 깊숙이 감추어두었던 담배를 꺼낸 다음 그것을 피기 시작하는 것이다. 바로 그 순간에 그가 앞으로 48시간 안에 죽을 것이라는 사실을 예감한다. 의미를 찾으려는 의지가 없어지고 순간적인 쾌락의 추구가 뒤를 잇는 것이다. 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소에서』, 221-222쪽.

161) 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소에서』, 227쪽을 참조하라.

강조하건대, 비극은 자신의 질병과 고통이 의미 없는 것으로 치부될 때 시작된다. 또한, 비극은 질병과 싸우는 환자들을 위해 일하는 사람들이 그들을 도울 만큼 지혜롭지 않을 뿐만 아니라 그들을 편안하게 해주어야 할 책임이 있는 사람들이 이러한 사실을 인식하지 못하고 있다는 데에 있다.

우리가 매 순간 느끼는 고통, 어딘가에서 고통스러운 질병과 사투를 벌이고 있을 사람들, 그 순간이 비극이 아닌 고통의 의미조차 찾지 못하는 그것이 진정한 비극이라는 것을 우리는 상기해야 할 것이다. 앞으로 우리에게 일어날 일들을 우리는 예측할 수 없다. 미래에 나타날 우리의 쓸모를 우리는 장담할 수 없다. 우리에게 어떤 쓸모가 남아 있는지, 어떤 일이 일어날지 알아보기 위해서라도 살아야 하고, 의미를 발견하는 것을 보기 위해 우리는 삶을 성실히 살아내야 한다.

『장자』 「산목」에서 장자의 ‘쓸모 있는 것과 쓸모없는 것의 사이(有用無用之間)’라는 표현은 쓸모없어서 오래 살 수 있었던 나무와 울 줄 알았기에(無用, 無材) 잡혀 먹히지 않은 거위 가운데(有用, 有材) 어느 쪽이 진정한 길인가를 묻는 제자에게 장자는 그 ‘사이(間)’에 처하겠다고 대답한다. 이 이야기의 핵심은 어떤 것의 가치(用, 材)라는 것은 상대적이며 늘 ‘관계’에 위치한다는 것이다. 다른 사람의 눈에 무가치한 것이 누군가에게는 가치 있는 것이기도 하고, 자신에게 가치가 있는 것이 상대에게는 무가치한 것이 되기도 한다. 가치는 늘 상황이나 관계에 의존하는 것이다. 이러한 점이 인간에게 적용된 비극이 바로 ‘쓰임(用)의 역설’이다.<sup>162)</sup>

그러므로 의미치료의 치료자는 먼저 환자가 자신의 전 생애를 통해서 만났던 구체적이고 개별적인 상황에 숨겨져 있는 잠재적인 의미에 관심을 집중한다.

---

162) 김시천, 「동양학은 어떤 인간을 말하였나? 기(氣)와 정(情) 그리고 칠궁(七竅)의 인간학」, 『예문동양사상연구』 20, 2009, 123쪽.

## 6. 그림에도 불구하고 ‘긍정’

### 6.1. 리플레이밍 기법

의미치료는 환자의 미래에 초점을 맞춘다. 말하자면 미래에 환자가 이루어야 할 과제가 품은 의미에 초점을 맞춘다는 것이다. 동시에 의미치료는 정신질환을 일으키는데 아주 커다란 역할을 하는 악순환 형성(vicious-circle formation)과 송환기재(feedback mechanism)<sup>163</sup>를 약화한다. 그렇게 해서 정신질환 환자에게 전형적인 자기집중 증상이 발생하고 심화하는 것을 막는다. 실제로 의미치료에서는 환자가 삶의 의미와 직접 대면하게 하고, 그것을 향해 나아갈 수 있도록 도와준다. 그리고 이렇게 환자 스스로 삶의 의미를 발견하도록 돕는다. 이러한 과정은 자신의 정신병을 극복할 수 있는 환자의 능력을 향상시키는 데 커다란 도움이 된다.

스스로를 경멸하거나 애지중지하는 것보다 훨씬 중요한 것은 스스로를 완전히 있는 것, 즉 자기 자신의 내적 상태에 대해서는 더는 생각하지 않고 자신만이 부여받은 구체적인 과업에 내적으로 헌신하는 것이다. [……] 자신만을 관조하거나 거울에 비추어 보는 것으로는, 스스로의 불안에 대해 꼬리를 물고 생각하는 불안에서 해방될 수 없다. 그럴만한 가치가 있는 대상에게 스스로를 헌신하고 내줌으로써 가능한 것이다. 이것이 자아완성의 비결이다.<sup>164</sup>

어떤 사람에게 일어난 모든 일은 어떤 궁극적인 의미가 있다. 다시 말해 모든 사람에게 일어나는 모든 일에 초월적인 의미가 있어야만 한다. 인간은 그 초월적인 의미를 알 수 없지만 믿어야만 한다. 궁극적으로 중요한 것은 아모르 파티(amor fati), 즉 운명에 대한 사랑이다. 수용소에 강제 수용되었던 사람들의 장이나 폐, 소화기와 관련된 내과 질환들을 연구한 결과, 이러한 질환들이 수용소에 수용되었을 때 발병한 것이 아니라, 수용소를 벗어난 이후에 발

163) 송환기재는 어떤 물질이 일정량으로 존재할 때 그 물질에 의하여 그 물질의 합성반응이 촉진 또는 억제되는 자체내적인 조절기구이다.

164) 빅터 프랑클, 『심리의 발견』, 93쪽.

병한 것으로 밝혀졌다. 이러한 관찰을 토대로 인간에게 과도한 부담뿐만 아니라 억류된 상태에서의 갑작스러운 해방 또한 인간에게 이롭지 않다는 것이다. 결국, 인간의 정신적 건강이나 육체적 건강을 유지하기 위해서는 삶의 목표와 임무가 필요하다는 것이다. 그로 인한 삶의 긴장감이 인간의 육체적·정신적 건강을 유지할 수 있도록 기능한다. 삶의 의미를 아는 사람만이 자신에게 닥친 모든 어려움을 극복해낼 수 있게 된다는 것이다. 이와 같은 인간 존재의 원리는 의미치료에서 적용된다. 예를 들면, 불안신경증을 앓고 있는 환자에게 자신이 겪고 있는 불안한 생각들에서 벗어나기 위해 다른 무언가로 관심을 돌리는 법을 배우는 것이다. 그렇다면 무언가로 관심을 돌려야 할까. 환자가 자신의 삶을 의미 있고, 살만한 것으로 느낄 수 있는 그 무언가를 의식할 수 있도록 치료자는 도와야 한다. 이러한 과정을 통하여 환자 스스로가 만든 불안은 서서히 환자의 의식의 저편으로 물러나게 된다. 갈등이나 고뇌 등 자신의 어떤 증상을 해결하기 위해 집중하기보다는 호소하는 증상으로부터 관심을 돌리는 것이 중요하다.

어느 날, 나이 지긋한 의사 한 분이 심한 우울증으로 나를 찾아온 일이 있다. 2년 전에 사랑하던 아내를 잃은 그분은 아내의 죽음을 받아들일 수 없었다. 그런데, 이분을 어떻게 도와줄 수 있을까? 무슨 말을 들려주어야 할까? 그래서 나는 그에게 어떤 위로의 말을 하는 대신 다음과 같은 문제에 직면하게 했다. “만약 선생님이 먼저 세상을 떠나시고 부인께서 살아계셨다면 어떻게 되었을까요?” 그랬더니 그 의사는 말하는 것이었다. “아, 그건 아내로서는 견딜 수 없는 일이었을 겁니다. 아내의 괴로움이 오죽했겠어요?” 이에 나는 대답했다. “아시다시피 부인께서는 그 같은 괴로움을 모면하게 되신 것이 아닙니까? 그리고 부인에게 그 괴로움을 모면하게 해주신 분은 바로 선생님이십니다. 그러니 이제는 선생님이 살아계셔서 부인을 애도함으로써 그 대가를 치러야 합니다.” 그 의사는 아무 말도 하지 않고 내 손을 잡아 흔들더니 조용히 진료실을 나갔다. 희생의 경우처럼 고통은 의미를 발견하는 순간 어느 면에서 고통이 되지 않는다.<sup>165)</sup>

프랑클은 위 사례를 의미치료라는 입장에서 바라보지 않는다. 아내를 잃은 의사의 절망은 결코 치료되어야 할 질병이 아니기 때문이다. 의사에게 주어진

165) Victor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism. Selected paper on Logotherapy*, New York: Washington Square Press, 1985, p. 95; 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 34쪽.

운명에 대한 태도를 바꾸는 것을 성공했을 뿐이다. 의미의 발견은 절망적인 고통을 견딜 만한 가치 있는 것으로 바꿔놓는다. 이는 인간의 주 관심사가 쾌락을 추구하거나 고통을 피하는 데 있는 것이 아니라 삶의 의미를 발견하는 데 있다는 프랑클의 인간 이해에 근거한다. 자신의 고통이 의미 있다는 사실로부터 이해될 수만 있다면 지금까지의 고통은 무의한 고통으로 아니다. 우리는 그 순간 고통 앞에 비장한 각오로 마주할 준비를 한다.

이처럼 프랑클은 실존적 대화(existential dialogue)를 바탕으로 리프레이밍(reframing) 기법<sup>166)</sup>을 사용한다. 이러한 치료 기법을 실존적 대화 과정에서 피할 수 없는 운명적 상황에서 태도 가치를 통해 의미 발견을 할 수 있도록 돕는 것이다. 리프레이밍은 어떤 상황이나 사건과 내용에 대한 사고 구조의 틀(frame)을 바꾸는 것은 신경언어학적 프로그래밍(neurolinguistics programming)<sup>167)</sup>에서 사용한 개념이다. 예컨대, 심한 열등감에 빠진 사람에게 용기를 북돋워 주기 위해 서라면 단점을 장점으로, 장애를 재산으로, 고민을 가능성으로, 위기를 기회로, 난치병 환자에게는 병과 싸우지 않고 오히려 편안한 마음으로 그 병과 더불어 잠시 공생한다는 마음으로 전환하는 일은 매우 유용하다. 그것은 이 리프레이밍을 통해서 지금까지 두려워했고 피해왔던 상황에 직면할 수 있고 극복할 수 있기 때문이다. 이렇듯 리프레이밍 기법은 어떤 상황에 대해서 긍정적인 의미를 부여하고 의식 내용을 변화시키는 기법이다. 이 경우에 한 상황의 의미는 그것을 받아들이는 사람의 의식 구조에 달려 있다. 따라서 의식 내용의 구조가 달라지면 그 상황의 의미도 달리 의식된다. 즉 의식 내용을 재구성하게 되면 그 사람의 반응이나 행동도 변하게 된다는 것이다. 요컨대 문제가 되고 부정적이었던 것도 의식 내용을 변화를 통해서 그 사람의 문제 극복에 힘이 되어 줄 수 있는 자원으로 바꿀 수 있는 것이다. 다시 말해 감정의 교환(trade feeling), 방법의 전환(change of strategy), 마음의 의지가 되어 주기(anchoring)라는 개입을 통해서 절망적이고 부정적인 의식 내용의 틀을 긍정적이며 희망적인 의식 구조로 바꿀 수 있다는 것이다. 이렇게 보면 리프레이밍은 한 상황과 조건에 대한 재정의와 같은 의미를 지닌다. 우리에게 잘 알려진 옛 중국의 『회남자淮南子』<sup>168)</sup>에 나오는 고사 새옹지마(塞翁之馬)의 교훈도 의식 내용의 재구성을 통해

166) 정인석, 『의미 없는 인생은 없다』, 227-233쪽.

167) 정인석, 『의미 없는 인생은 없다』, 229쪽.

168) 전한(前漢)의 회하(淮河) 남쪽 지방의 회남왕인 유안(劉安, ?~123 B.C.)이 편저한 철학서로서 정식 명

서 역경을 슬기롭게 극복한 사례라고 볼 수 있다. 이 기법은 투병 중인 중환자나 노인들의 건강관리에도 유용하다. 건강관리를 위해서는 질병과 싸워서 이기려는 의지와 태도도 물론 필요하다. 그러나 만성적인 질병의 경우, 투병에만 집중하면 환자의 생활은 힘들고 어두운 투병 생활의 연속이 된 나머지 환자의 체력은 극도로 쇠약해지고 면역력의 저하로 질병은 더욱 악화의 길을 걷는다. 그러나 병과 더불어 살아간다는 생각으로 전환한다면 오히려 면역력이 높아져 투병 속에서도 건강을 회복하거나 다소 호전된 사례도 많다. 지금까지 설명으로 보아, 프랑클의 실존적 대화는 두 수용소 동료들의 자살 기도 사례와 부인과 사별한 노 의사의 사례, 불치병과 같은 비극적이고 극단적 상황 속에 처한 사람들만이 아니라 일상생활을 하는 사람들에게도 힘이 되어 줄 수 있는 의미 있는 치료법이라고 할 수 있다.

일반적으로 사람들은 특정한 직업, 위치, 환경에서만 의미 있는 삶이라고 보는 경향이 있다. 그러나 의미에는 그러한 규정이 없다. 쉽게 드러나지 않는 아주 작은 일에서도 의미는 숨어 있다. 그 어떤 상황과 환경, 조건에서도 의미를 발견된다는 것을, 우리는 받아들여야만 한다. 그 사람이 어떤 일을 하고 있으며, 직업이 무엇인가는 절대 중요하지 않다. 이보다는 자기가 해야 할 일 또는 주어진 일에 얼마만큼 최선을 다해 임하고 있으며, 얼마나 보람을 느끼고 있느냐가 중요하다. 외견상 아무리 큰일이나 사회적으로 훌륭한 일을 한다고 하여도 자기가 해야 할 일은 하지 않고 주어진 일은 하지 않는다면 이런 사람의 인생은 자신을 욕되게 하는 인생이 되고 만다. 보잘것없는 일이라도, 그 일에서 최선을 다하여 보람을 느낄 때 그 사람의 인생은 의미로 충만한 인생이 될 수 있다. 요컨대, 직종·직위·일의 규모가 중요한 것이 아니라 한 인간으로서 마땅히 해야 할 사명이나 소명에 얼마나 충실하게 살고 있느냐가 인생의 의미를 찾는 데 중요하다는 것이다. 이렇게 볼 때, 프랑클 심리학은 인생관을 전제하고 있다는 것을 생각할 수 있다. 그것은 사람이란 각자 자기가 처한 어떤 상황 속에서나 자기가 자신에게 맡겨진 일과 해야 할 일, 할 수 있는 일을 찾아내서 이를 완수하지 않으면 안 된다는 인생관이다. 또한, 이와 같은 태도로 살아간다면 그저 자기 행복만을 추구해가는 경우와 비교해 볼 때 훨씬 안정되고 행복하며 확실하고도 참된 마음의 충족을 얻을 수 있다는 것이 마음에 대한

---

칭은 회남홍렬(淮南鴻烈)의 ‘인간훈(人間訓)’이다.



가설이다. 이 가설을 전제로 그 사람이 자기 처지를 상황에서 무엇이 자신에게 요청되고 있으며, 무엇을 해야 하며, 무엇을 할 수 있었냐 하는 것은 완전히 백지와 같으며, 이런 것은 모두 내담자의 자기 결정에 맡긴다는 것이 실존적 대화의 핵심이다. 따라서, 의미치료자는 “한 상황에서 당신에게 기대되고 있는 것은 무엇입니까? 당신이 해야 하고, 당신이 할 수 있는 것은 무엇일까요?”라고 묻기는 하지만 여기에 대한 해답은 바라지 않는다. 의미치료자는 다양한 질문을 통해서 내담자를 자극하여, 그 사람의 의식을 그가 해야 할 것, 요청되는 것으로 돌려주고 나서 그것이 제대로 되었다고 생각될 때는 바로 관계를 끊어야 한다. 왜냐하면, 대화를 통해서 고무된 내담자는 자기가 해야 할 것과 실현해야 할 의미를 찾기 위해 자력으로 힘차게 나아가지 않으면 안 되기 때문이다. 의미치료자는 환자가 독립적으로 자신의 문제를 해결해나갈 수 있도록 도와야 한다.<sup>169)</sup>

## 6.2. 역설지향

역설 지향(Paradoxical Intention)<sup>170)</sup> 기법은 의미치료의 대표적인 치료 기법으로써 1939년에 강박신경증·공포증·불면증 등을 치유하기 위하여 반성 제거(deflection) 기법과 함께 개발되었다. 역설지향은 인간 특유의 자기초월적 자질, 즉 자기와 거리 두기를 통해 자신을 바라보고 그것에 반대할 수 있을 뿐만 아니라 자신을 비웃을 만큼 자기를 자기 자신으로부터 분리하여 볼 수 있다. 이러한 의미치료의 기법들은 모두 인간의 본질적인 특징이라고 할 수 있는 자기초월과 자기이탈 능력을 근거로 한다. 강박신경증·공포증·불면증의 공통적인 특징은 자신의 증상에 과도한 집중으로 인하여 그 증상과 병적으로 싸

169) 정인석, 『의미 없는 인생은 없다』, 227-233쪽.

170) 프랑클의 ‘paradoxical intension’ 개념은 역설지향 또는 역설의도, 과도지향으로 번역되고 있다. 프랑클의 역설지향 개념은 역설의도, 과도지향으로 번역되고 있다. 일각에서 프랑클의 역설 지향기법의 개발이 프랑클의 취미였던 압벽등반의 경험에서 착안하였을 것으로 추측한다. 프랑클은 안개가 끼어 있고 비가 오는 어느 날에 친구들과 압벽등반을 하던 중, 순간적인 실수로 친구가 추락하는 것을 목격한다. 이 사건으로 심리적 충격을 받았음에도 불구하고 2주 후, 등반에 오른다. 그날의 충격을 극복하기 위하여 안개와 비가 내리는 날을 의도적으로 선택한다. 프랑클은 이후 학회 발표 등의 공식 석상에서 곧잘 인생을 등산에 비유하곤 하였다. 프랑클에게 역설 지향은 단순한 심리치료의 기법이기에 이전에 그의 삶의 태도 그 자체가 반영된 것이라고 볼 수 있다.

우거나 극심한 예기불안(anticipatory anxiety)<sup>171)</sup>으로 증상의 원인으로부터 도피하려는 태도가 오히려 증상을 더욱 악화시키는 데 있다. 따라서 역설지향은 인간이 가진 자기 이탈(self-detachment)의 힘을 통하여 악순환의 고리를 극복한다.

최악의 상태에서도 자신을 분리할 수 있는 것은 인간에게만 있는 특별한 능력이다. 그러나 인간이 대면해야 할 여러 상황으로부터도 자신을 분리하는 인간의 이러한 독특한 능력은 강제수용소의 경우에서처럼 영웅적 행위를 통해서만 증명되는 것이 아니라, 유머를 통해서도 증명된다. [……] 유머와 영웅적 행위는 우리에게 자기 이탈(self-detachment)이라는 독특한 인간 능력이 있다는 것을 설명해 준다. 이런 능력으로써 인간은 상황으로부터 뿐만 아니라 자신으로부터도 이탈할 수 있는 것이다.<sup>172)</sup>

예컨대, 가게 유리창을 누가 와서 깨뜨리거나 앓을까 하는 두려움 때문에 불안해하는 환자에게는 유리창을 깨뜨리려는 마음으로 창이 있는 쪽으로 걸어가게 지시한다거나 불면증 환자에게는 가급적 일어나 있자. 오늘밤은 오기로라도 잠을 자지 않겠다고 생각해 달라고 지시하는 것과 같다. 이런 점에서 역설 지향은 자극 포화집(stimulus saturation)의 성질을 가지고 있다. 그러나 인간의 자기 이탈 능력에는 개인차가 있기 때문에 역설지향의 기법을 함부로 사용해서는 안 되며, 개인의 상태에 따라서 신중하게 사용할 것을 프랑클은 경고하고 있다. 특히 우울증 환자에게 역설 지향 기법을 사용하는 것은 엄격히 금하고 있다. 역설지향이 추구하고 있는 것은 자기가 두려워하고 있는 증상에 대한 태도의 변화, 마음 자세의 변화에 있기 때문이다. 역설적인 것을 지향하도록 안내하는 치료법이다.

역설지향 기법을 적용한 치료과정은 심리 차원(psychic dimension)보다 높은 정신 차원(noetic dimension)에서 일어난다. 프랑클은 심리 차원과 정신 차원을 분명하게 구별하였다. 강박신경증이나 공포증, 불면증은 심리 차원에서의 병증

---

171) 예기불안은 직면하지 않을 수 없는 상황을 앞두고 인간 누구에게나 일어날 수 있는 불안상태를 말한다. 그러나 보통 예기불안이라고 할 때에는 보다 좁은 의미로 신경증적인 경우를 가리킨다. 한 번 실패한 상황에 직면하지 않을 수 없는 경우에 적용하지 못하는 강한 불안 또는 끊임없는 불안이나 가끔 생기는 우연한 사건에 쉽게 결부될 수 있는 그런 불안의 상태를 말한다. 후자의 경우 불안의 존재양식은 신경증성 불안의 원형이라고도 할 수 있는 것으로 종종 <불안신경증>에 경우에 나타난다. 불안신경증 대신에 <예기신경증>이라고도 부른다. 빅터 프랑클, 『심리치료와 현대인』, 216쪽.

172) 빅터 프랑클, 『로고테라피의 이론과 실제. 의미에의 의지』, 23-24쪽.

에 휘둘러버린 상태다. 예를 들어, 잠들고 싶지만 잠들 수 없는 심리 차원의 질병 속으로 정신 차원(noetic dimension)이 끌려들어 간 상태를 말한다. 이때 필요한 것은 정신 차원과 심리 차원의 분리다. 이러한 분리를 위해서는 두려운 것으로부터 피하려는 태도가 아니라 자신이 두려워하는 태도를 바라볼 수 있도록 도와야 한다. 이것을 심리 정신 길항작용(psychonoetic antagonism)이라고 부른다. 심리 정신 길항작용은 정신적인 존재로서의 자기 자신을 스스로 심리 상태에서 떼어 이탈시킨다는 자기 이탈의 힘으로 일어난다. 자기 이탈의 힘이란 인간의 정신이 가지고 있는 자신의 심리 반응에 대한 저항력이다. 또한, 이 자기 이탈 능력은 인간 실존의 특징인 자기 객관 화의 능력과 자기 초월의 능력에서 나온다. 이렇듯 프랑클은 인간 실존의 특징을 이상과 같은 인간 능력의 실현에서 찾는 것이다. 다음은 역설지향 기법의 성공 사례를 소개한다.

K 부인은 14년간이나 화장대 서랍이 단정하게 정리되어 있는지, 자물쇠가 단단히 채워져 있는지를 확인하지 않으면 직성이 풀리지 않는 확인 신경증 같은 강박관념 때문에 고통을 받고 있다. 이 때문에 그녀는 서랍 속에 있는 것들을 끊임없이 점검하며, 서랍을 잠그고 나서도 몇 번이고 자물쇠를 잡아당기거나 돌려 보는 등 강박적인 행동 때문에 마음고생이 많았다. 이로 인하여 그녀의 손가락 관절은 상처도 많았고 옷장의 자물쇠도 망가뜨린 것이 많았다. K 부인의 이와 같은 행동은 그녀가 다섯 살 때 매우 소중하게 생각하고 있었던 인형을 언니가 망가뜨렸던 것이 계기가 되어 그 후부터는 완구를 화장대 안에 넣어 자물쇠를 채우기 시작한 것부터 시작되었다. 또한, 그녀가 열여섯 살 때 언니가 허락도 구하지 않고 그녀가 제일 아끼는 외출복을 입고 있는 것을 보고 난 후부터는 옷장에 자물쇠를 잠그게 된 것이 더 심하게 강박적인 행동을 하게 만들었다.<sup>173)</sup>

그녀는 역설지향을 통하여 자신의 강박 행동에서 벗어날 수 있었다. 치료자는 그녀에게 주문하였다. 화장대나 옷장을 정리하지 않고 물건을 던져놓으라고 말한다. 될 수 있는 대로 무질서하게 내버려 두고 정리정돈은 하지 말라고 한다. 그 결과 그녀는 입원한 지 며칠 되지 않아 화장대를 정리하는 그 자체를 잊게 되었고 점차 자물쇠를 잠그는 것조차도 잊어버리게 되었다. 이후 그

173) 빅터 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 156-157쪽.

녀의 강박적 행동이 없이도 일상이 가능해졌으며, 퇴원 후 가끔 강박 행동이 재발하였으나 이를 무시하고 이겨내었다.

4년간 심한 발한 공포 때문에 고통을 받는 어느 내과 의사의 경우이며 사람을 대할 때마다 땀을 많이 흘리지 않을까 두렵게 생각하며, 이 두려움이 다시 발한을 심하게 만든다는 악순환 때문에 고민하고 있었다. 그는 면접 후 자기 암시(*autosuggestion*)의 기분으로 다음과 같이 자신에게 속으로 말하였다. “나는 아직 1ℓ 밖에 땀을 흘리지 않았기 때문에 적어도 10ℓ는 내보자.” 그 결과 그는 단 한 번의 면접으로 발한 공포에서 해방되었다.<sup>174)</sup>

11년 동안 자신이 갑작스러운 죽음을 맞이할지도 모른다는 돌연사에 대한 과도한 불안과 그 밖의 예기불안으로 인하여 수반된 발작적인 심계항진(*心悸亢進*) 때문에 고민하는 그녀는 최초의 발작이 일어난 후, 또 다시 발작이 일어나지 않을까 하는 두려움과 불안 때문에 발작을 일으키곤 하였다. 그녀는 생각하기를 ‘내가 두려운 감정을 갖게 되면 반드시 심계항진이 덮치며, 언젠가는 길을 가다가 쓰러져서 죽지 않을까.’ 하여 항상 공포에 시달리고 있었다. 이 경우에 의미치료자는 내담자에게 다음과 같이 자신에게 말하도록 하였다. “내 심장박동이 더 빨라질 것이다! 나는 길바닥에서 지금 바로 쓰러져버리자!” 게다가 무언가 위험이 예감되는 장소가 있을 때는 이를 피할 것이 아니라 주저하지 말고 대담하게 그 장소로 가도록 말해 주었다. 2주 후, 그녀는 자신의 심계항진이 일어나지 않아 불안도 없어졌다고 말해 주었다고 한다. 몇 주 후에는 다음과 같은 보고를 해 왔다고 한다. “때때로 대수롭지 않은 심계항진이 일어날 때가 있습니다. 그러나 그럴 때는 다음과 같이 자기 암시를 걸었습니다. 내 심장이여, 좀 더 빨리 뛰어라! 그리고 나면 심계항진은 진정되곤 하였습니다.”<sup>175)</sup>

이 밖에도 오랜 세월 동안 손을 정상 이상으로 깨끗이 씻지 않으며 불안해하는 강박증에 환자에게 역설 지향 기법을 적용한 다양한 성공 사례들이 있다.<sup>176)</sup> 그렇다고 해서 모든 증상에 역설지향 기법이 적용되는 것은 아니다. 역설지향 기법은 특히 공포증이나 강박 상태의 환자들에게 치료 효과를 보인다. 이처럼 역설지향은 일반적으로 강박관념과 공포증과 같은 급성환자의 단기치

174) 빅터 프랑클, 『죽음의 수용소에서』, 202쪽.

175) 정인석, 『의미 없는 인생은 없다』, 237-238쪽.

176) Victor E. Frankl, *The will to Meaning*, p. 106.

료에 적합하다. 또한, 인간의 자기 이탈 능력에는 개인차가 있기 때문에 이를 신중하게 고려하여 적용하는 것이 필요하다. 반드시 개인별 환자의 상태를 고려해야 한다.<sup>177)</sup>

의미치료에서의 역설지향은 마음속 두려움이 현실에서 재현되고 과잉 주의 집중(hyper-intention)이 개인이 소망했던 일을 불가능하게 만든다는 사실에서 개발되었다. 이것은 일반적으로 자아 분리를 유발하고 촉진하기 위한 것이다. 자아 분리란 자신을 자기로부터 분리하는 능력을 말한다. 역설지향은 자아 분리의 고유하고 독특한 형태인 인간의 유머 감각을 활용한다. 유머 감각을 통해 자기 자신에게 초연할 수 있도록 한다. 마음속에 일어나는 막연한 두려움이나 지나친 주의집중에서 자기 자신을 분리하고 자기 자신과 거리를 둘 수 있어야 한다. 이를 통하여 몰두 되었던 자기 생각들로부터 분리된다. 분리는 자신의 문제를 객관적으로 바라볼 수 있도록 만든다. 이로써 자신의 문제를 스스로 극복할 수 있는 상태에 이르게 된다.

일반적으로 강박관념과 공포신경증은 정신 발생적이라기보다는 심리 발생적이다. 따라서 자아 분리를 통하여 인간의 능력을 일깨우는 치료적 과정이 필요하다. 반면에 정신 발생적 신경증에는 치료과정에서 자아 초월의 의식을 일깨우는 것이 중요하다. 정신 발생적 신경증은 의미를 향한 의지의 좌절로 나타나는 결과이기 때문이다. 자아 초월과 자아 분리는 인간에게만 존재하는 고유한 차원이다.<sup>178)</sup>

### 6.3. 반성제거

반성제거(deflection)는 자신과 자기의 행위에 대해서, 또는 그 행위의 결과에 대한 지나친 반성을 제거하는 기법이다. 주된 적용 대상은 성교 불능(impotence) 및 불감증(frigidity)과 같은 성신경증(sexual neurosis)이었다. 이들 성신경증은 남녀 어느 쪽이나 자신의 성교 능력과 오르가슴의 능력을 지나치게 과시하려고 함으로써 도리어 그 목적을 달성할 수 없게 된다고 프랑클은 말하고 있다. 일반

---

177) Victor E. Frankl, *Psychotherapy and Existentialism: Selected paper on Logotherapy*, p. 41.

178) 빅터 프랑클, 『무의식의 신』, 124-133쪽.

적으로 인간의 쾌락에는 그것을 추구하면 할수록 그만큼 획득할 수 없다고 하는 법칙 같은 것이 있는데, 성적 쾌락의 경우도 이 법칙에 해당한다. 성신경증은 남성이 자신의 성교 능력을 너무 과시하려는 나머지 오히려 그 목적을 달성하지 못하는 경우다. 또는 여성이 오르가즘의 능력을 지나치게 과시하려고 함으로써 도리어 그 목적을 달성하지 못하는 경우다. 진정한 성적 만족감을 얻기 위해서는 사랑하는 상대에 관심을 쏟는 것이 자연스러워야 하며, 자기 자신에게 지나친 집중이나 지나친 자기반성 내지는 자기 관찰 때문에 본래의 목적인 사랑하는 사람과의 접촉을 잃어버려 자연스러운 능력 발휘가 안 된다. 오르가즘이나 성적 능력의 집착하는 것이 아니라, 자신을 관찰하고 주시하는 대신, 자신을 잊어야 한다. 자신에게 헌신해야 하며 자신과 거둬야 한다. 이러한 과정이 가능하기 위해서는 과잉반성이나 의도과잉의 반대 행동이 필요하다.<sup>179)</sup> 반성제거는 물론 성적인 문제에만 적용되는 것은 아니다. 지나친 자기반성이나 자기의식, 지나친 자기관찰, 자책감 때문에 본래 가지고 있던 자연스러운 기능을 잃게 되는 모든 상황에 적용된다. 다음 사례는 과잉된 작품의식 때문에 본래의 능력 발휘가 안 되어 고민하는 한 여성 화가의 경우다. 그녀는 일기에 다음과 같은 글을 적었다.

스케치를 했는데 잘되지 않는다. 조금도 영감이 떠오르지 않는다. 개성 있는 색채가 떠올라야 하는데 전체적인 도구로 보아, 어울리지 않는다. 밤이 되었다. 나는 그림 그리는 것을 그만두고 주방 일을 해야겠다. 주방으로 가자마자 내게 보이는 것이 있었다. 그것은 찬장에 놓여 있는 그릇들이 보여주는 곡선과 직선의 관계였다. 나는 며칠 동안 여기서 선의 조합과 내 마음에 드는 색채를 구상해 보았으나 왜 만족할 만한 구상이 떠오르지 않는가. 내가 너무도 욕심을 부리고 있기 때문일까?<sup>180)</sup>

위 사례는 지나친 자기관찰이나 자책 때문에 자연스럽게 흘러나와야 할 창조성이 억제된 경우이다. 프랑클은 이 여성 화가에게 반성제거 기법을 활용하여 그녀가 지나친 자기관찰에서 빠져나올 수 있도록 도왔다. 그녀 역시 자신이 의도하고 있는 것을 무시하거나 완전히 버리고 다른 무언가를 향해서 행동

179) 빅터 프랑클, 『의미를 향한 소리 없는 절규』, 233-234쪽.

180) 빅터 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 171쪽.

하려고 노력하였다. 그 결과 다음과 같은 변화가 일어났다.

계속해서 떠오르는 수많은 이미지. 나는 손님을 응대하며, 걸려온 전화를 받으면서도 떠오르는 이미지 때문에 매우 일에 쫓기는 사람이 되었다. 그러나 나는 그사이에도 두 장의 풍경화를 그렸다. 이것은 나의 최고작품이다. 더구나 그것도 단숨에 완성된 것이었다.<sup>181)</sup>

의미치료는 이와 같은 병적 증후에 대해서 어떤 태도를 취할 것인가를 스스로 생각하고 선택을 통해 행동할 수 있도록 돕는다. 요컨대, 프랑클은 정신병이나 신경증 그 자체는 물론 본인의 책임은 아니라 하더라도 자신의 질병에 끌려갈 것인가 아니면 그런 병증과 거리를 두고 질병으로부터 자신을 격리시킬 것인가에 대한 선택은 전적으로 자신에게 달려 있다. 다음은 프랑클이 임상에서 실시한 의미치료의 적용 사례이다.

열아홉 살의 분열병을 앓고 있는 소녀는 자신의 무감동(apathy)과 환청(auditory hallucination)을 호소하면서 도움을 받기 위해 찾아왔다.

환자: 나를 당황하게 만드는 것은 내 안에서 일어나고 있는 것들이 과연 무엇일까 하는 것입니다.

프랑클: 골똘하게 생각하지 않는 것이 필요합니다. 당신의 트러블의 근원을 캐려고 하지 않는 일입니다. 그것은 의사에 맡기면 됩니다. 우리는 당신이 그 위기를 빠져나갈 수 있도록 안내할 것입니다. 혹시 당신을 기다리고 있는 목표는 없습니까? 예를 들어, 예술적인 일 같은 것 말입니다.

환자: 그렇지만 내부적인 혼란(inner turmoil) 때문에.

프랑클: 당신의 내부 혼란을 생각하지 말고 당신을 기다리고 있는 것에만 생각을 돌리십시오. 중요한 것은 마음속에 숨어 있는 것이 아니라, 미래에 당신을 기다리고 있는 것, 당신에 의해서 표현되기를 기다리고 있는 것들입니다. 신경을 쓰게 하는 정신적 위기가 당신을 힘들게 하는 것은 알고 있습니다. 그렇지만 그 괴로움의 물결은 우리가 진정시키도록 해 주십시오. 그것은 의사가 할 일입니다. 정신과 의사에게 맡겨 주십시오. 자기 자신에게 눈을 돌리지 마십시오. 당신 안에서 일어나고 있는 것들을 주시하지 말고 당신이 성취하기를 기대하고 있는 것들을 찾기 바랍니다. 그러니까 불안신경증이나 강박신경증과 같은

---

181) 빅터 프랑클, 『심리요법과 현대인』, 173쪽.

증상에 관한 것을 말하는 것은 그만둡시다. 그것이 어떤 것이든, 당신은 안나(Anna)라고 하는 사실, 무엇인가가 안나를 기다리고 있다는 사실을 생각합시다. 당신 자신에 대해서는 생각하지 말고, 당신이 창조하지 않으면 안 될 작품, 아직 모습을 드러내지 않는 그 작품으로 눈을 돌리기 바랍니다. 당신이 어떤 사람인가를 당신이 그 작품을 만듦으로써 알게 될 것입니다.<sup>182)</sup>

신경증 환자나 정신병 환자는 자신의 증상과 싸움으로써 오히려 증상을 더욱 악화시킬 수 있다. 지나친 몰두가 원인이 되었다. 따라서 반성제거는 이 악순환의 고리를 끊는데 목적이 있다. 다시 말하거니와 자신의 내면의 혼란이나 불안 증상에 관심을 갖는 것을 버리고 해야 할 일이나 사랑하는 사람으로 의식을 돌리지 않으면 안 된다. 요컨대, 반성제거는 증상이나 불안과 싸움으로써 증상을 더욱 악화시키고 있는 악순환으로부터 환자의 의식을 해방시켜주는 데 목표를 둔다.<sup>183)</sup>

---

182) 정인석, 『의미 없는 인생은 없다』, 243-244쪽.

183) 정인석, 『의미 없는 인생은 없다』, 240-245쪽.



## VI. 결론

본 논문은 프랑클의 초기 저작 활동 시기로 돌아가 실존분석과 의미치료를 구분하여 프랑클의 사상적 이해를 돕고 그의 사상을 더욱 체계화하는데 연구에 목적을 두었다. 특히 본 논문은 프랑클의 무의식, 즉 책임의식, 영적 무의식, 무의식적 양심, 무의식적 종교심을 중심으로 한 프랑클의 사상적 이해와 인간의 실존적 고통과 고뇌, 비극을 의미치료적 접근 방식으로 연구하였다. 이러한 시도는 삶에 관한 통찰과 통찰을 통한 자기 치유력을 증대시키고자 하는 근본 목적에서 출발한다.

첫째, 프랑클의 유년 시절과 성장 과정, 특히 그에게 지대한 영향을 미쳤던 사상가 중에서 프로이트의 정신분석과 아들러의 개인심리학을 살펴봄으로써 프랑클의 실존분석의 탄생을 연구하였다.

둘째, 프로이트의 무의식적 본능과 대별되는 영적 무의식을 언급한 프랑클의 유일한 저서인 『무의식의 신』을 중심으로 프랑클의 실존분석의 기초가 되는 영적 무의식 개념과 책임의식, 무의식적 양심, 무의식적 종교심에 대하여 체계적으로 정리하였다. 셋째, 셸러의 철학적 인간학을 바탕으로 형성된 프랑클의 의미에 대한 이해와 의미치료의 기본원리인 의미를 향한 의지, 의지의 자유, 삶의 의미를 살펴보았다. 또한 삶 속에서 발견할 수 있는 세 가지 가치, 즉 창조적 가치, 경험적 가치, 태도적 가치를 순차적으로 논의하였다.

넷째, 프랑클의 실존분석을 기초하여 의미치료적 실천 과정을 연구하였다. 이러한 실천적 과정은 우리의 삶 속에서 느끼는 고통과 고뇌, 피할 수 없는 운명과도 같은 삶의 문제를 재조명함으로써 삶에 대한 이해와 세계관의 변화를 제공한다. 더불어 인간의 운명적 상황이 의미발견의 기회라는 의식의 긍정적 변화를 통해서 자기치유능력을 기를 수 있을 것이라 기대한다.

본 연구는 인간을 포괄적이고 전체적으로만 이해하지 않고 개별적이고 인격적으로 이해하는 길을 열어주는 데 있다. 무한 경쟁 속에 살아가는 현대인이 각자에게 고유한 개별적 삶은 포기하고 서로를 양적으로 비교하는 보편적이고 전체적인 기준으로서만 삶의 의미를 찾다 지쳐 있는 상황을 고려할 때 이 연구의 의의는 더욱 크다. 전체의 눈이 아닌 개별자의 눈으로 자기 자신의 삶을 봄으로써 인간의 진정한 의미를 인식하고 회복할 수 있는 계기가 될 것이다.

『손자병법(孫子兵法)』에 ‘적을 알고 나를 알면 백전백승(知彼知己 百戰百勝)’이라는 말이 있다. 이는 “적을 알고 나를 알면 백 가지 전투를 해도 위태롭지 않다(知彼知己 百戰不殆)”라는 뜻이 숨겨져 있다. 현대인들은 내가 아닌 타인에 대한 ‘앎(知)’에 있어서 끊임없는 궁금증으로 눈과 귀가 과도하게 열려 있다. 그러나 자신에 대해서는 백지(白紙)에 가까울 정도로 무지(無知)한 처지에 놓여 있다. 자신이 실존적 공허에 있는지조차 알지 못한 채 무기력과 권태에 빠져 방황하고 있으며, 자신의 불안과 고통, 고뇌를 해결할 수 있는 방안을 광활한 외부에서 찾아 헤맨다.

본 연구는 인간을 개별자의 눈으로 이해하는 길을 열어주어 인간 자신의 삶을 올바르게 이해하며 앞으로 본래적 의미의 삶을 회복할 수 있는 토대를 제공해줄 것이다.

앞으로 남은 과제가 있다. 프랑클의 실존분석을 통해, 인간의 무의식 속에 있는 양심이나 종교심, 책임에 관해 좀 더 깊은 연구와 검토가 필요하다. 인간이 삶에서 다양하게 느끼는 고뇌와 고통, 운명을 심도 있는 다층적으로 이해할 뿐 아니라 프랑클이 낙관적으로 보는 인간 의미들을 체계적으로 연구할 필요가 있다. 우리가 일상에서 겪는 감정과 정서, 상황과 환경을 바라보는 시선마저 이를 통해 지혜로워질 것이다. 지금껏 고통으로 여겼던 것이 더 이상 고통이 아니었다는 깨달음이 치유의 시작이 될 것이다. 삶의 새로운 의미를 발견하는 시간은 삶이 직면하는 질문에 올바르게 답함으로 삶에 대한 애착과 희열을 느끼는 순간이 될 것이다.

## 참고문헌

### I. 프랑클의 국외 저서

- Frankl, Victor E., *The unconscious God*, New York: Washington Square Press, 1985.
- Frankl, Victor E., *Man's search for meaning. An introduction to logotherapy*, New York: Simon & Schuster. 2006.
- Frankl, Victor E., *The will to meaning. Foundations and Applications of Logotherapy*, New York: Plume, 1970.
- Frankl, Victor E., *Psychotherapy and Existentialism. Selected paper on Logotherapy*, New York: Washington Square Press, 1985.

### II. 프랑클의 국내 번역서

- 프랑클, 빅터. 『로고테라피의 이론과 실제:의미에의 의지』, 이봉우 역, 서울: 분도출판사, 1980.
- \_\_\_\_\_, 『인간이란 무엇인가』, 김재현 역, 서울: 서문당, 1998.
- \_\_\_\_\_, 『심리치료와 현대인』, 이봉우 역, 왜관: 분도출판사, 2000.
- \_\_\_\_\_, 『극한상황 속의 인간심리분석』, 심일섭 역, 서울: 한글, 2004.
- \_\_\_\_\_, 『밤과 안개』, 서석연 역, 서울: 범우, 2004.
- \_\_\_\_\_, 『의미를 향한 소리 없는 절규』, 오승훈 역, 서울: 청아출판사, 2005.
- \_\_\_\_\_, 『심리의 발견』, 강윤주 역, 서울: 청아출판사, 2008.
- \_\_\_\_\_, 『삶의 물음에 '예'라고 대답하라』, 남기호 역, 서울: 산해, 2009.
- \_\_\_\_\_, 『삶의 의미를 찾아서』, 이시형 역, 서울: 청아출판사, 2012.
- \_\_\_\_\_, 『죽음의 수용소』, 이시형 역, 서울: 청아출판사, 2012.
- \_\_\_\_\_, 『책에 쓰지 않은 이야기』, 박현용 역, 서울: 책세상, 2012.

- \_\_\_\_\_ , 『무의식의 신』, 정태연 역, 서울: 한님성서연구소, 2013.
- \_\_\_\_\_ , 『태초에 의미가 있었다』, 김영철 역, 왜관: 분도출판사, 2014.
- \_\_\_\_\_ , 『프랑클 실존분석과 로고테라피』, 심일섭 역, 서울: 한글, 2016.
- \_\_\_\_\_ , 『영혼을 치유하는 의사』, 유명미 역, 서울: 청아출판사, 2017.

### III. 국내 서적 및 국내 번역서

- Fabry, Joseph B., 『의미치료』, 고병학 역, 서울: 하나의학사, 1985.
- Fromm, Erich, 『나는 왜 무기력을 되풀이하는가』, 장혜경 역, 서울: 나무생각, 2018.
- Grün, Anselm, 『아래로부터의 영성』, 전현호 역, 왜관: 분도출판사, 1999.
- Jaspers, Karl, 『비극론 · 인간론』, 황문수 역, 서울: 범우사, 1999.
- Magee, Brian, 『사건과 그림으로 보는 철학의 역사』, 황은미 역, 서울: 시공사, 2010.
- Maslow, Abraham H., 『존재의 심리학』, 서울: 문예출판사, 2005.
- Raabe, Peter B., 『철학상담의 이론과 실제』, 김수배 역, 서울: 시그마프레스, 2010.
- Redsand, Anna S., 『죽음의 수용소에서 삶의 의미를 찾다』, 황의방 역, 서울: 두레, 2008.
- Scheler, Max, 『가치와 인격』, 이을상 역, 서울: 서광사, 1996.
- Schultz, Duane, 『성장심리학』, 이혜성 역, 서울: 이화여자대학교 출판부, 1987.
- Scott Peck, M., 『끝나지 않은 길』, 김창선 역, 서울: 소나무, 2001.
- \_\_\_\_\_ , 『우주에서 인간의 위치』, 이을상 역, 서울: 지식을 만드는 지식, 2012.

- 김진, 『튀지스와 존재사유』, 서울: 문예출판사, 2003.
- 김진, 『하느님의 길』, 서울: 철학과 현실사, 2005.
- 김진, 『종교란 무엇인가』, 울산: 울산대학교 출판부, 2008.
- 문성학, 『철학과 삶의 의미』, 대구: 새빛, 2019, 102.
- 조현춘, 조현재, 『심리상담과 치료의 이론과 실제』, 시그마프레스, 225쪽.
- 정인석, 『트랜스퍼스널 심리학』, 서울: 대왕사, 2003.

- 정인석, 『의미없는 인생은 없다』, 서울: 학지사, 2013.
- 진교훈 외, 『양심』, 서울: 서울대학교출판문화원, 2012.
- 한국야스퍼스학회, 『야스퍼스와 사유의 거인들』, 서울: 지만지, 2010.

#### IV. 논문 및 그 밖의 자료

- 고광일, 「그리스도인의 고통 극복을 위한 Logotherapy의 적용 연구」, 광주카톨릭대학교, 석사학위 논문, 2003.
- 권경희, 「프랑클(V. Frankl)의 로고테라피와 그 철학적 기초」, 동의대학교 석사학위논문, 2015.
- 금교영, 「막스 쉘러의 양심론에 관한 연구」, 『서강인문논총』, 26, 2009, 191-219.
- 김란희, 「빅터 프랭클(V. E. Frankl)의 로고테라피 이론에 기초한 노인자살의 문제와 해결방안: 심리치료적 관점에서」, 한일정신대학교 석사학위논문, 2014.
- 김미희, 「로고테라피(Logotherapy)를 활용한 기독교 Well-dying 교육 연구」, 고신대학교 석사학위논문, 2013.
- 김선희, 「철학상담의 창시자, G. 아헨바흐와의 인터뷰 : 고통받는 사람을 위한 철학상담」, 철학연구, 120, 2018, 1-9.
- 김시천, 「동양학은 어떤 인간을 말하였나? 기(氣)와 정(情) 그리고 칠규(七竅)의 인간학」, 『예문동양사상연구』 20, 2009, 123-126.
- 김윤희, 「의미요법에 기반으로 한 집단음악치료가 일 노인복지관 노인의 우울과 고독감, 죽음 불안, 삶의 의미와 질에 미치는 영향」, 원광대학교 박사학위논문, 2016.
- 김인석, 「생명의 의미와 책임의식 : 빅터 에밀 프랑클에 있어서 실존분석과 의미치료」, 『철학 실천과 상담』, 6, 2016, 95-131.
- 김정현, 「로고테라피와 실존분석의 임상방법 및 철학 상담에서의 함의」, 『철학연구』, 120, 2011, 31-56.
- 김정현, 「프랑클의 실존분석과 로고테라피, 그 이론적 기초」, 『철학연구』, 87, 2009, 12, 57-83.
- 김진, 「인간이란 무엇인가라는 물음에 대한 하나의 대답. ‘로고스’와 페르소나로서의 인간」, 『철학과 현실』, 67, 2005, 15-34.
- 김진, 「프랑클의 영혼을 치유하는 의사」, 신필재콜로키움 강좌, 2018. 10. 19.

- 김태국, 『키르케고르의 ‘영원한 행복’과 ‘절망’』, 『철학논집』, 52, 2018, 75-94.
- 김태호, 「의미치료 집단프로그램이 삶의 목적의식, 자아존중감 및 결혼만족도에 미치는 효과: 학령기 자녀를 둔 주부를 대상으로」, 신라대학교 석사학위논문, 2004.
- 김혜남, 「피터 팬 신드롬: 애도하지 못하는 사람들」, 『정신분석』, 17(1), 2016. 58-71.
- 도지화, 「의미치료 기반 노인집단미술치료프로그램 개발: 삶의 의미와 삶의 만족을 중심으로」, 대구대학교 박사학위논문, 2019.
- 박은진, 「베살리우스-해부학으로 새로운 시대를 열다」, 『지식과 지평』, 17, 2014, 197-210.
- 박정희, 「불안·우울·자살에 대한 실존의미치료: 빅터 프랭클의 로고테라피를 중심으로」, 『철학논총』, 63, 2011, 248-269.
- 박지선, 「한 여성 노인의 실존주의적 미술치료에 대한 질적 사례연구: V. Frankl의 의미치료를 중심으로」, 대전대학교 석사학위논문, 2017.
- 신문계, 「실존적 공허를 극복하기 위한 프랑클의 실존분석적 로고테라피와 철학상담」, 『신학과 실천』, 61, 2018, 301-329.
- 신문계, 「프랑클의 관점에서 바라본 프로이트의 무의식 메커니즘」, 『신학과 목회』, 42, 2014, 313-343.
- 심정자, 「노인의 자아통합감 증진을 위한 의미치료 프로그램 개발」, 서울불교대학교 박사학위논문, 2015.
- 안정수, 「實存分析的 精神治療法으로서의 로고제라피(LOGOTHERAPY)」, 경희대학교논문집, 10, 1980, 305-315.
- 양대중, 「도덕적 양심의 기원의 고찰」, 『니체연구』, 23, 2013, 179-210.
- 이강호, 「의미치료적 목회상담이 노인의 심리적 문제 및 삶의 의미에 미치는 효과」, 동아대학교 박사학위논문, 2003.
- 이기춘, 「프랑클의 의미요법과 목회상담」, 『신학과 세계』, 5, 1979, 198-225.
- 이승연, 「로고테라피 치유기법을 활용한 죽음준비교육」, 한림대학교 석사학위논문, 2018.
- 이재영, 「의미요법을 활용한 집단미술치료가 중학교의 일상 스트레스와 삶의 의미에 미치는 효과」, 대구사이버대학교 석사학위논문, 2014.
- 이정렬, 「의미 찾기를 통한 도덕과교육-로고테라피 이론을 중심으로」, 『윤리교육연구』, 38, 2015, 25-47.
- 이정은, 「철학적 치유를 위한 ‘자유지’. V. E. Frankl의 자유의지와 숙명론의 딜레마」,

- 『시대와 철학』, 29(2), 2018, 163-198.
- 이종호, 「로고테라피 집단상담이 학교부적응 청소년들의 삶의 목적수준과 자기통제력에 미치는 효과」, 대구한의대학교 석사학위논문, 2015.
- 이진오, 「빈스방거, 보스, 프랑클의 정신의학과 현존재분석」, 『철학 실천과 상담』, 1, 2010, 221-257.
- 전명근, 「청소년 자살예방을 위한 교육목회: 빅터 프랑클의 로고테라피를 중심으로」, 장로회신학대학교 석사학위논문, 2019.
- 정향숙, 「의미요법을 활용한 명화감상 집단미술치료가 중년여성의 삶의 의미와 심리적 안녕감에 미치는 영향」, 조선대학교 석사학위논문, 2017.
- 주혜연, 「칼 야스퍼스의 실존적 정리병리학과 철학상담」, 경북대학교 박사학위논문, 2018.
- 최명심, 「삶의 의미에 영향을 미치는 종교적 대처의 매개역할과 의미치료 프로그램의 효과 검증」, 전북대학교 박사학위논문, 2009.
- 최상아, 「의미치료(Logotherapy)를 통한 진로코칭프로그램이 위기 청소년에게 미치는 효과: 6호 보호처분기관 청소년을 대상으로」, 광운대학교 석사학위논문, 2018.
- 최순옥, 김순남, 「호스피스 간호에서 의미요법 적용을 위한 생의 의미고찰」, 『한국간호교육학회지』, 9(2), 2003, 329-339.
- 최정화, 「대학생들의 자아 중심적 행복관에 대한 로고테라피적 접근」, 『인문학연구』, 51, 2016, 581-615.
- 통계청, 『2018 사회조사 결과(가족·사회·교육·보건·안전·환경)』.
- 한슬기, 「간호사를 위한 일의 의미 프로그램 개발 및 효과: 로고테라피를 기반으로」, 서울대학교 박사학위논문, 2019.
- 한영순, 「Victor E. Frankl의 의미요법에 관한 목회 상담적 이해와 적용」, 이화여자대학교 석사학위논문, 2001.
- 한지윤, 강선보, 「실존적 공허에 대처하기 위한 빅터 프랑클의 자생교육론」, 『한국교육학연구』, 21(4), 2015, 89-119.
- 홍경자, 「야스퍼스 실존 조명과 프랑클의 실존 분석적 로고테라피와의 관계: 철학실천으로의 철학상담 이론과 관련하여」, 『철학연구』, 109, 대한철학회 2009, 153-180.

**[Abstract]**

**Study on the Existential Analysis and Logotherapy of Viktor E. Frankl**

**Na Gyeom Jang**

Department of Philosophy  
Graduate School, Ulsan National University  
Ulsan, Korea  
(Supervised by Professor Dr. Jin Kim)

In Frankl's initial writings, he used existential analysis and logotherapy differently in accordance with different perspectives. In short, Frankl called the existential analysis for fundamental and anthropological aspects and the logotherapy for applicable and therapeutic aspects in his initial writings. However, these terminologies caused some confusion in their usage when Frankl's writings entered the US. Although the idea of Frankl's Existential analysis was totally different from that of Binswanger's Dasein analysis, both of these two terminologies were translated into 'existential analysis.' To prevent any confusion in use of these words, Frankl decided to use the word logotherapy regardless of theoretical aspects or therapeutic aspects. Due to this terminology unification, however, Frankl agreed that the logotherapy has inevitably been used in areas that were not related to therapeutic aspects. Therefore, this study aims to go back to the period of Frankl's initial writing in order to study the existential analysis and the logotherapy separately which would be significant in understanding Frankl's thoughts and systemizing those thoughts.

This study particularly focused on the fact that the idea of Frankl's unconsciousness was generalized by a few researchers even if Frankl brought a



new paradigm for understanding human beings by extending and re-conceptualizing the idea of Freud's unconscious mind. Therefore, in terms of existential analysis, Frankl's unconsciousness, that is, conscious of responsibility, spiritual unconscious, unconscious awareness and unconscious religion were studied. Also, in terms of logotherapy, human being's existential vacuum, torture and anguish, and tragedy were examined. These attempts began from an insight into one's life and a fundamental purpose of increasing self-treatment through this insight. As Frankl mentioned, a theory is a vision as well as a worldview. Process of understanding and self-examining Frankl's existential analysis on human beings should certainly be done before applying the practical therapy and studying the methodology. Therefore, the studies of differentiating Frankl's existential analysis and logotherapy would provide a fundamental basis for practical approaches.

Firstly, Frankl's early life and growth as well as thinkers who had greatly affected him, particularly, Freud's psychoanalytic theory and Adler's individual psychology, were examined to study the birth of Frankl's existential theory. Secondly, based on Frankl's writing 『The Unconscious God』 in which he mentioned his ideas of spiritual unconscious in contrast to Freud's unconscious mind, a fundamental basis of Frankl's existential analysis, that is, ideas of spiritual unconscious, conscious of responsibility, unconscious awareness and unconscious religion were systematically summarized. Thirdly, understanding Frankl's search for meaning which was developed based on Scheler's philosophical anthropology and a basic principle of logotherapy, that is, will to find meaning, the freedom of will and meaning of life were reviewed. Also, three different values discovered in life: value of creation, value of experience and value of attitude were discussed in order. Lastly, practical processes of logotherapy were studied based on Frankl's existential analysis. These practical processes would provide understanding of life and changes in worldview by re-illuminating torture and anguish that we feel in our lives or inevitable problems that we meet in our lives. In addition, it is expected that situations destined for human beings would give chances to discover meaning in life, achieving an improvement of self-treatment ability through positive changes in consciousness.